

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ
БЕЛАРУСЬ
УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«ГОМЕЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ ФРАНЦИСКА СКОРИНЫ»**

Н.Г.Новак, А.А.Кардаш

ПСИХОЛОГИЯ

Тексты лекций

Гомель 2004

УДК 159.9 (075.8)

ББК 88 Я 73

Н 723

Рецензенты:

кафедра социальной и педагогической психологии

УО «Гомельский государственный

университет им. Ф.Скорины»

И.В. Сильченко, кандидат психологических наук, доцент

Рекомендованы к изданию научно-методическим советом

учреждения образования «Гомельский государственный

университет имени Франциска Скорины»

22 декабря 2004 года, протокол № 4

Новак Н.Г., Кардаш А.А.

Н 723 Психология. - Министерство образования Республики

Беларусь: УО «Гомельский государственный университет име-

ни Ф.Скорины»; авт.-сост.: Новак Н.Г., Кардаш А.А. - Гомель,

2004. - 200 с.

В текстах лекций представлены основные понятия и положения по курсу «Психология».

Адресованы студентам специальности «География», «Геоэкология»

УДК 159.9 (075.8)

ББК 88 Я 73

© Н.Г.Новак, А.А.Кардаш, 2004

© Учреждение образования «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины», 2004

ВВЕДЕНИЕ

Знание сущности, принципов и методов психологии, а также психологических механизмов межличностного общения, особенностей создания продуктивной развивающей среды и умение использовать эти знания на практике выступают существенным фактором, определяющим эффективность деятельности будущих преподавателей.

В настоящее время возрастает необходимость рационального компетентного использования человеческого потенциала в педагогической деятельности, а также общественная и педагогическая значимость проблемы формирования и развития личности. Поэтому для будущих специалистов в сфере образования овладение психологическими знаниями является необходимым условием профессионального становления.

В рамках отведенного учебным планом количества лекционных часов по курсу студенты знакомятся с основными вопросами общей, социальной и возрастной психологий. Эти знания помогут студентам структурировать материал, получаемый при изучении других дисциплин, с точки зрения развития, изменения, качественного преобразования и применения в практической деятельности.

Тексты лекций завершаются списком литературы, рекомендуемой студентам для самостоятельного изучения и подготовки рефератов, а также приложениями.

Тема 1. **Общее представление о психологии как науке**

1. История развития представлений о психологии.
2. Основные подходы при изучении психики.
3. Житейская и научная психология.
4. Задачи и отрасли современной психологии.

1. История развития представлений о психологии. На протяжении веков человек является предметом изучения многих поколений ученых и интерес к человеческой природе, особенностям взаимодействия человека с другими людьми, условиям развития и формирования личности в человеческом обществе постоянно усиливается. Еще в первобытном обществе человека волнует множество вопросов о том мире, в котором он живет, кроме того, его интересовало, что же происходит с ним: переживания, которые он испытывал, различные идеи, мысли в голове, видения во время сна... Поиск ответов на эти и другие вопросы дал начало многим обрядам, преданиям, религиям и философии – матери всех наук. В настоящее время невозможно осуществление многих видов деятельности на производстве, в науке, медицине, искусстве, образовании, в игре и спорте без знания и понимания психологических особенностей человека. Человек является объектом исследования различных наук, при этом каждая из которых рассматривает свой круг проблем.

Психология с одной стороны очень старая, но в то же время - совсем молодая наука. Ее существование как самостоятельной научной дисциплины едва насчитывает столетие, но основные проблемы, которые сейчас рассматривает психология, долгое время рассматривались в рамках философии. Известный психолог конца XIX - начала XX вв. Г.Эббингауз подчеркнул очень точно: у психологии огромная предыстория и очень короткая история.

Психология в переводе с древнегреческого («psyche» - душа, «logos» - наука) означает - наука о душе, о том, что в ней происходит. В философских учениях древности уже затрагивались некоторые психологические аспекты, которые решались либо в плане идеализма, либо в плане материализма. Так, материалистические философы древности Демокрит, Лукреций, Эпикур понимали душу человека как разновидность материи, как телесное образование, образуемое из шаровидных, мелких и наиболее подвижных атомов. Но идеалист-философ Платон

понимал душу человека как что-то божественное, отличающееся от тела. Душа, прежде чем попасть в тело человека, существует обособленно в высшем мире, где познает идеи — вечные и неизменные сущности. Попад в тело, душа начинает вспоминать виденное до рождения. Идеалистическая теория Платона, трактующая тело и психику как два самостоятельных и антагонистических начала, положила основу для всех последующих идеалистических теорий.

Великий философ Аристотель в трактате «О душе» выделил психологию как своеобразную область знания и впервые выдвинул идею неразделимости души и живого тела. Душа, психика, проявляется в различных способностях к деятельности: питающей, чувствующей, движущей, разумной; высшие способности возникают из низших и на их основе. Первичная познавательная способность человека — ощущение, оно принимает формы чувственно воспринимаемых предметов без их материи, подобно тому, как «воск принимает отпечаток печати без железа и золота». Ощущения оставляют след в виде представлений — образов тех предметов, которые прежде действовали на органы чувств. Аристотель показал, что эти образы соединяются в трех направлениях: по сходству, по смежности и контрасту, тем самым указав основные виды связей — ассоциаций психических явлений.

Итак, впервые психология определялась как наука о душе и была одним из разделов философии. На протяжении веков идеалистические и материалистические взгляды претерпевали некоторые изменения. Эти изменения и дополнения строились на основании важных открытий, сделанных учеными (Герофил, Эразистрат, Декарт, Лейбниц и др.). Родоначальником эмпирической (опытной) психологии стал в 18в. английский философ и педагог Джон Локк. Кроме этого, ему принадлежит ряд психологических теорий и одна из них о том, что человек рождается на свет не имея никаких идей. Его душа - «чистая доска» (табула раса), на которой опыт выводит свои письмена.

В 19в. психология отделяется от философии и становится самостоятельной наукой.

Примерно с этого времени возникает и новое представление о предмете психологии. Способность думать, чувствовать, желать стали называть сознание. На смену психологии души пришла психология сознания. Но сознание еще долго принималось как явление особого рода, которое познается только в самонаблюдении и недоступно ни для какого анализа.

В 1879г. Вундтом в Лейпциге была организована первая в мире экспериментальная психологическая лаборатория. Вскоре, в 1885 году, Бехтерев В. М. организовал подобную лабораторию в России. С этого времени в психологии основным методом исследования становится эксперимент (исследователь создает определенные условия с целью изучения необходимых фактов, процессов и явлений), т.е. чаще всего исследуется то, что можно наблюдать - поведение. В начале 20в. благодаря, с одной стороны, достижениям в области науки (в частности, в ходе исследований в рамках невропатологии и психиатрии было доказано, что человеческой психике помимо сознательных свойственны также и неосознаваемые проявления), и социально-экономическим требованиям - с другой (постановка новых практических задач, связанных с развитием капиталистического производства, требовавшего разработки средств, позволяющих все-таки контролировать поведение другого человека), назрел кризис психологии сознания и поведения. Начинают формироваться и развиваться различные психологические теории и направления, предметом изучения которых является **психика**. **На современном этапе развития для психологии характерно многообразие подходов к сущности психики, превращение психологии в многоотраслевую, прикладную область знаний, учитывающей интересы практики.**

Таким образом, можно выделить следующие этапы развития психологии, ее становления как самостоятельной науки.

I этап — психология как *наука о душе*. Такое определение психологии было дано более двух тысяч лет назад. Наличием души пытались объяснить все непонятные явления в жизни человека.

II этап — психология как *наука о сознании*. Возникает в XVII веке в связи с развитием естественных наук. Способность думать, чувствовать, желать называли сознанием. Основным методом изучения считалось наблюдение человека за самим собой (интроспекция) и описание фактов.

III этап — психология как *наука о поведении*. Возникает в XX веке. Задача психологии — ставить эксперименты и наблюдать за тем, что можно непосредственно увидеть, — а именно поведение, поступки, реакции человека (мотивы, вызывающие поступки, не учитывались). Происходит накопление фактов.

IV этап — *психология как наука, изучающая объективные закономерности, проявления и механизмы психики*.

Психология (от греч. *psyche* - душа и *logos* – учение, наука) – наука о механизмах, закономерностях развития и функционирования психики как особой формы жизнедеятельности.

2. Основные подходы при изучении психики. Различные исследования предметной области психологии нашли отражение в достижениях традиционных и новых школ, научных направлений, теорий и концепций. Важнейшие из них следующие.

Бихевиоризм или теория поведения (от англ. *behaviour* - «поведение») – одно из ведущих направлений психологии, получившее широкое распространение в различных странах и в первую очередь в США. Родоначальники бихевиоризма — Э. Торндайк, Дж. Уотсон.

В 1913г. американский психолог Джон Уотсон (1873-1958) предлагает в качестве объекта изучения - поведение. При этом порой невольно из предмета исследования исключается сама психика, сознание. Основное положение бихевиоризма: психология должна изучать поведение, а не сознание, психику, которые в принципе не наблюдаемы непосредственно. Поведение же понимается ортодоксальными бихевиористами как совокупность отношений «стимул — реакция» (S – R). По мнению бихевиористов, зная силу действующих раздражителей и учитывая прошлый опыт человека, можно исследовать процессы научения, образования новых форм поведения. При этом сознание не играет никакой роли в научении, а новые формы поведения следует рассматривать как условные рефлексы.

Следовательно, поведением человека можно управлять, предсказывать его, что у человека можно сформировать любые качества, т.е. «изготовить» универсального человека с помощью системы стимулов и наказаний (причем, отрицалось значение и врожденных задатков, и собственных убеждений человека). Осознание человеком внутренних условий тех или иных действий в научном плане для бихевиористов не имело значения, их не интересовало, что находится между стимулом и наблюдаемой реакцией.

Уотсон провозглашал: *«Дайте мне дюжину нормальных детей и специфическую среду для их воспитания, и я гарантирую, что, взяв любого из них в случайном порядке, я смогу превратить его в специалиста любого типа - доктора, юриста, артиста, купца или же нище-*

го или вора безотносительно к его таланту, склонностям, тенденциям, способностям, призванию, а также расе его предшественников».

Такая программа являлась антигуманной, психологическая наука превратилась в «психологию без психики». Но уже в 30-е годы идеи бихевиоризма пошатнулись. В Америке начался очередной экономический кризис, который сопровождался массовой безработицей, разорением и обнищанием. Стало очевидно, что все-таки необходимо принимать во внимание настроения, реакции человека и социальную среду, в которой он находится. Так на смену бихевиоризму приходит необихевиоризм. Его представители (Р.Вудворте, Э.Толмен, К.Халл). Необихевиористы в той или иной степени отказались от классической формулы бихевиоризма, и пытаются учесть и проявление сознания как реальной детерминанты поведения человека. При этом становится очевидным, что в промежутке между действием стимула и поведенческими реакциями происходит переработка поступающей информации как активный процесс, без учета которого не удастся объяснить реакцию человека на наличные стимулы. Так возникает необихевиоризм с его важнейшим понятием «привходящих, или промежуточных переменных».

Многие выводы, достижения бихевиоризма плодотворны с научной точки зрения и исключительно практичны.

Психоанализ — учение, разработанное австрийским невропатологом, психиатром и психологом З. Фрейдом; предстает как общее обозначение различных школ и учений, возникших на научной базе психологического учения З. Фрейда, которое выступает в качестве ключевого звена единой психотерапевтической концепции. Многочисленные наблюдения психиатров и невропатологов показывали, что человек часто не осознает мотивы и побуждения своих поступков. Для фрейдизма характерно объяснение психических явлений через бессознательное, ядром его является представление об извечном конфликте между сознательным и бессознательным в психике человека.

В структуре психики выделяется три компонента: сознание - это то, что человек осознает, понимает, о чем думает; предсознание - это система моральных норм, запретов и ценностей, которые человек усвоил в детстве; бессознательное - это инстинкты, которые человек не осознает и которыми не может управлять, но которые полностью руководят поведением и действиями человека. Последнему придава-

лось наибольшее значение, в частности, человекам управляют два основных инстинкта: инстинкт жизни, продления рода (либидо – сексуальная энергия) и инстинкт смерти, саморазрушения (агрессивная энергия).

Сознание, опираясь на предсознание (на систему запретов, нашу внутреннюю цензуру), постоянно стремится удержать в узде бессознательное. Бессознательное же ищет различные обходные пути и все-таки проявляется в виде сновидений, ошибочных действий (описок, очиток, оговорок) и невротических симптомов.

По мнению З. Фрейда, действия человека управляются глубинными побуждениями, ускользающими от ясного сознания. Он создал метод психоанализа, с помощью которого можно исследовать глубинные побуждения человека и управлять ими. Основой психоаналитического метода является анализ свободных ассоциаций, сновидений, описок и оговорок и т.д. Корни поведения человека — в его детстве. Основополагающая роль в процессе формирования, развития человека отводится сексуальным инстинктам и влечениям.

В рамках психоаналитического направления имеют место и другие точки зрения. Так, ученик Фрейда А. Адлер полагал, что в основе поведения каждой личности лежат не сексуальные влечения, а очень сильное чувство неполноценности, возникающее в детстве, когда сильна зависимость ребенка от родителей, от окружения. К. Г. Юнг считал, что личность формируется не только под влиянием конфликтов раннего детства, но наследует также образы предков, пришедшие из глубин веков. Поэтому необходимо при исследовании человека и работе с ним учитывать также понятия «коллективного бессознательного». В неопрейдистской концепции К. Хорни поведение определяется внутренне присущим каждому человеку «основным беспокойством» (или «базальной тревогой»), лежащим в основе внутриличностных конфликтов.

Гештальтпсихология (от нем. *gestalt* - образ, целостная форма, структура) — одно из крупнейших направлений в зарубежной психологии, возникшее в Германии первой половины XX века и выдвинувшее в качестве центрального тезиса о необходимости целостного подхода к анализу сложных психических явлений. Представители этого направления — немецкие психологи М. Вертгеймер, В. Келлер, К. Коффка, Ф. Перлс (1893-1970). Согласно данному подходу, человек воспринимает мир не в виде отдельных частей, а в виде целостных

образов, при этом объединение частей в систему, некий образ дает нечто общее, чем простая их сумма (системный подход).

Заметное место в рамках гештальтпсихологии занимает изучение механизма ассоциаций, по которым происходит объединение отдельных элементов в целостные образы.

Основное внимание Гештальтпсихология уделила исследованию высших психических функций человека (восприятия, мышления, поведения и пр.) как целостных структур, первичных по отношению к своим компонентам.

В процессе жизни человек постоянно находится в «контакте» с природой, другими людьми, окружающей действительностью, собой. Гештальтисты отмечают, что каждый психически здоровый человек умеет устанавливать контакты с окружающей средой и, когда необходимо, уходит от них (завершать их). За невротиком же травмирующие ситуации тянутся очень долго и он не может их завершить.

Важным моментом теории является понятие «фигуры и фона»: в каждый определенный момент что-то воспринимается и осознается как «фигура» (то, что доминирует, соответствует потребностям в данный момент), при этом остальные образы и явления уходят на второй план, становятся «фоном»; затем данная фигура теряет свою значимость и на ее место из фона выдвигается, новая более актуальная фигура, а первая становится фоном.

Гуманистическая психология — направление в зарубежной психологии, в последнее время бурно развивающееся и у нас в стране, признающее своим главным предметом личность как уникальную целостную систему, которая представляет собой не нечто заранее заданное, а «открытую возможность» самоактуализации, присущую только человеку.

У каждого человека есть врожденная потребность в самоактуализации, развитии и самосовершенствовании. В процессе жизни на формирующуюся личность воздействуют через воспитание и обучение, прививают социальные нормы, тем самым приглушают и вытесняют собственные стремления и потребности ребенка. И если условия жизни мешают реализации способностей, то возникает внутриличностный конфликт, что приводит к аномальному развитию. Гуманисты считают, что человек рождается с потребностью в добре, нрав-

ственности, доброжелательности и главная задача взрослых – не мешать самореализации. Ими также была предложена «формула успеха»:

$$\text{УСПЕХ} = \frac{\text{уровень достижений}}{\text{уровень притязаний}}$$

Для достижения успеха необходимо либо увеличить уровень достижений, либо снизить уровень притязаний.

В рамках гуманистической психологии заметное место занимает теория личности, разработанная американским психологом А. Маслоу. Фундаментальными потребностями человека, согласно данной теории, являются: физиологические (пища, вода, сон и др.); потребность в безопасности, стабильности, порядке; потребность в любви, чувстве принадлежности к какой-то общности людей (семья, дружба и др.); потребность в уважении (самоутверждении, признании); потребность в самоактуализации.

Генетическая психология — учение, разработанное Женевской психологической школой Ж. Пиаже и его последователями, изучающая происхождение и развитие интеллекта человека, особенно в детском возрасте.

Парапсихология (от греч. пара — возле, около) — область гипотез, представлений, фиксирующих и пытающихся объяснить: 1) формы чувствительности, обеспечивающие прием информации способами, не объяснимыми активностью, деятельностью известных органов чувств; 2) формы воздействия живого существа на физические явления, происходящие без посредства мышечных усилий. Нередко в рамках данного направления исследуются гипноз, предчувствия, ясновидение, спиритизм, телекинез, телепатия, психокинез и другие, как реальные, так и мнимые, явления.

Индивидуальная психология — одно из направлений глубинной психологии, разработанное А. Адлером и исходящее из концепции наличия у индивида комплекса неполноценности и стремления к его преодолению как главного источника мотивации поведения личности. Наибольшее распространение, особенно в области педагогики и пси-

хотерапии, индивидуальная психология получила в 20-е годы нашего века.

Концепция трансактоного анализа — совокупность научных взглядов американского психолога Э. Берна и его последователей о том, что судьба человека предопределена в существенной степени особенностями его бессознательного, которое как бы влечет его к определенным событиям — успеху, неудаче, трагедиям и т.д. По взглядам Э. Берна, в бессознательном человека как бы сидит некий маленький человек и дергает за веревочки, управляя жизнью большого человека по сценарию, зафиксированному в бессознательном с помощью жизненных ситуаций, имевших место при активном формировании бессознательного (детские, юношеские годы).

Отечественная психологическая наука 20в.

Выдающуюся роль в становлении отечественной психологической науки сыграли Б.Г.Ананьев, П.П.Блонский, Л.С.Выготский, А.В.Запорожец, К.Н.Корнилов, А.Н.Леонтьев, А.Р.Лурия, С.Л.Рубинштейн, А.А.Смирнов, Б.М.Теплов, Д.Н.Узнадзе и др.

Основополагающими принципами психологии являются

- 1) принцип детерминизма,
- 2) принцип единства сознания и деятельности,
- 3) принцип развития.

Принцип детерминизма, предполагающий закономерную и необходимую зависимость психических явлений от порождающих их факторов; психика определяется образом жизни и изменяется с изменением образа жизни. Человек не рождается с готовым набором качеств, а развивается в результате усвоения им продуктов человеческой культуры и в ходе его общения с другими людьми (Л.С.Выготский). Кроме этого, усвоение культуры осуществляется человеком не пассивно, а в процессе его активного взаимодействия с внешним миром, в процессе его деятельности (С.Л.Рубинштейн, А.Н.Леонтьев).

Принцип единства сознания и деятельности, предусматривающий формирование, развитие и проявление сущности личности в процессе практической деятельности; не может быть деятельности без сознания и сознания без деятельности. Причем, сознание в деятельности не только проявляется, но и формируется.

Принцип развития: психическое возникает, существует и меняется в процессе реального развития. Развитие - основной способ существования личности на всем протяжении ее индивидуального пути.

А также принципы активности, взаимодействия внешних воздействий и внутренних условий, психической целостности, интегративности и др.

3. Житейская и научная психология. Основой возникновения психологии как науки явился житейский практический опыт людей. Психологические знания помогли людям лучше познать друг друга, повлиять на отдельные действия и поступки, предупредить нежелательные, учесть индивидуальные особенности.

Эти знания накапливались, передавались из поколения к поколению, закреплялись в пословицах и поговорках, в произведениях искусств. Однако в целом эти знания были лишены систематичности, глубины доказательности и поэтому не могли быть твердой основой для работы с людьми.

Житейские психологические знания существенно отличаются от научных прежде всего тем, что они были основаны на интуиции и носили конкретный ситуативный характер. Знания, которыми располагает житейская психология, базировались в основном на наблюдениях и предположениях.

Научная психология в противовес житейской строится на обобщениях, знания осознаны и в их приобретении существенную роль играет эксперимент.

Отличия житейской и научной психологии:

1) Житейские знания используются в конкретных ситуациях по отношению к конкретным людям. Научные знания более универсальны, применимы к целому ряду ситуаций.

2) Житейские знания добываются интуитивно, при общении с другими людьми. Научные знания исходят из научных законов.

3) Житейские знания передаются от поколения к поколению. Научные знания - через систему образования.

4) Житейские знания мы приобретаем только наблюдением, научные знания добываем и с помощью эксперимента.

5) Житейская психология существует на уровне житейского сознания и базируется в рамках определенной социальной группы. Научная психология накапливает свой материал в книгах.

4. Задачи и отрасли современной психологии. Основными задачами современной научной психологии являются:

- 1) Изучить общие закономерности развития психики в онтогенезе.
- 2) Дать общую характеристику деятельности и личности на каждом возрастном этапе.
- 3) Выявить психологические основы формирования личности в процессе обучения и воспитания.
- 4) Установить психологические причины отклонений в психическом развитии отдельных людей и разработать методы диагностики и коррекции.

Связь психологии с другими науками.

Психология тесно связана со многими науками. Согласно классификации наук академика А. Кедрова (рис. 1) психология занимает центральное место не только как продукт всех других наук, но и как возможный источник объяснения их формирования и развития.



Рис. 1 Классификация А. Кедрова

Таким образом, психология находится на стыке философских, технических, естественных и социальных наук. *Психология интегрирует все данные этих наук, и в свою очередь влияет на них, становясь общей моделью человекознания.* «Чтобы всесторонне воспитать человека, его надо всесторонне изучить», - отмечал К.Д. Ушинский. *Психологию следует рассматривать как научное исследование поведения и умственной деятельности человека, а также практическое применение приобретенных знаний.*

Структура современной психологии. Современная психология представляет собой широко развернутую область знаний, включающую ряд отдельных дисциплин и научных направлений. Фундаментом

является **общая психология**, которая изучает основные свойства и общие закономерности психики и сознания. Чаще всего в основу классификации отраслей психологии кладут различные виды человеческой деятельности. По видам деятельности различают следующие отрасли психологии:

1) **Психология труда** - изучает психологические особенности трудовой деятельности. Подразделяется на: инженерную психологию (решает проблемы распределения и согласования функций между человеком и машиной), авиационную психологию (изучает психологические закономерности деятельности человека в процессе выполнения полетов), космическую психологию (изучает психологические закономерности в условиях невесомости и пространственной дезориентации).

2) **Педагогическая психология** - изучает психологические закономерности обучения и воспитания. Делится на: психологию обучения, психологию воспитания, психологию учителя, психологию учебно-воспитательной работы с аномальными детьми и т.д..

3) **Медицинская психология** - изучает психологические аспекты деятельности врача и поведения больного. Делится на: нейропсихологию (изучает соотношение психических явлений с физиологическими мозговыми структурами), психофармакологию (изучает влияние лекарственных веществ на психическую деятельность человека), психотерапию (изучает и использует средства психического воздействия для лечения больного), психопрофилактику и психогигиену (разрабатывает систему мероприятий для обеспечения психического здоровья людей).

4) **Юридическая психология** - рассматривает психологические вопросы, связанные с реализацией системы права. Делится на: судебную психологию (исследует психические особенности поведения участников уголовного процесса: свидетелей, обвиняемых), криминальную психологию (изучает психологические проблемы поведения и формирования личности преступника, мотивы преступления), исправительно-трудовую психологию (психологические проблемы воспитания заключенных).

5) **Военная психология** - исследует поведение человека в условиях боевых действий, взаимоотношения начальников и подчиненных.

6) **Психология спорта** - исследует психологические особенности личности и деятельности спортсменов.

7) **Психология торговли** - изучает психологические условия воздействия рекламы, особенности спроса, психологию моды, психологические факторы обслуживания клиентов.

8) **Психология научного и художественного творчества** - изучает особенности творческой личности.

В психологии существуют и другие классификации. В частности, в основу классификации ветвей психологии можно положить аспекты развития психики в деятельности. На этом основании выделяются следующие отрасли психологии:

1) **Возрастная психология** - изучает развитие человека от рождения и до смерти. Делится на: детскую психологию, психологию подростка, психологию юности, психологию взрослого человека, геронтопсихологию.

2) **Психология аномального развития** (или **специальная психология**). Делится на: патопсихологию (исследует отклонения в процессе развития психики, распад психики при различных формах мозговой патологии), олигофренопсихологию (изучает патологии психического развития, связанные с врожденными дефектами мозга), сурдопсихологию (изучает психологию формирования ребенка при дефектах слуха), тифлопсихологию (изучает психологию развития слабовидящих и незрячих).

3) **Сравнительная психология** - изучает развитие психики в процессе эволюции человечества. В том числе в нее входит и зоопсихология (изучает психику животных).

Существует и еще одна классификация. В ее основе лежат психологические аспекты отношений личности и общества. По этому критерию выделяют такие отрасли психологии:

1) **Социальная психология** - изучает психические явления, которые возникают во взаимодействии людей в различных организованных и неорганизованных общественных группах.

2) **Психология религии**.

3) **Психология личности**.

Тема 2. Понятие о психике и сознании

1. Мозг и психика.
2. Стадии развития психики животных.
3. Психика и сознание.

1. Мозг и психика. Естествоиспытатели и врачи, изучающие анатомию человека, еще в древности высказывали предположение о связи психических явлений с деятельностью мозга. Научно же доказано, что все психические явления имеют физиологическую основу было в работах И.М.Сеченова (1829-1905) «Рефлексы головного мозга» (1863г.) и И.П.Павлова (1849-1936) «Учение о двух сигнальных системах».

Нервная система осуществляет две важнейшие функции: связь человека с окружающим его миром и согласование, координацию работы всех частей организма, управление им. Все явления человеческой психики возникают, формируются и развиваются в процессе деятельности мозга, отражающего окружающую действительность. Иначе говоря, высшая нервная деятельность — физиологическая основа психики. Вот почему для понимания разнообразных проявлений психической жизни нужно быть знакомыми со строением и основными законами деятельности нервной системы.

Нервная система человека отличается очень большой сложностью. Основной ее элемент — *нервная клетка — нейрон*.

Нейрон представляет собой собственно нервную клетку с отходящим от нее множеством древовидно ветвящихся отростков (*дендритов*) и одним длинным отростком — *нервным волокном*, от которого также идут ответвления. Тело нейрона микроскопической величины (в среднем 0,03 мм), но нервное волокно может быть разной длины — до нескольких десятков сантиметров. В нейронах возникает процесс возбуждения. В основе возбуждения лежит особый нервный ток (*биоток*), который отличается от электрического. Нервное возбуждение распространяется со скоростью до 120 м в секунду. Но для человеческого тела это вполне достаточная скорость — ведь нервному возбуждению надо пройти расстояние не более 1,5—2 м. Нервные волокна покрыты белой жироподобной *миелиновой оболочкой* со свойствами изолятора. Эта оболочка играет очень важную роль, так как обеспечивает проведение возбуждения в определенном направлении (без нее процесс возбуждения распространялся бы беспорядочно).

Отдельные нейроны соединяются друг с другом посредством особых контактных механизмов, называемых *синапсами* («синапс» — от греческого слова «застежка»), которые во множестве покрывают нейрон. При помощи синапсов осуществляется переход возбуждения от одной нервной клетки к другой. Скопления нервных волокон с общей соединительной оболочкой называются *нервами*. Скопления тел нервных клеток вместе с дендритами составляют *серое вещество головного и спинного мозга*; скопления нервных волокон — *белое вещество*. Роль серого мозгового вещества заключается в накапливании, усилении и переработке возбуждения; роль белого вещества — в передаче возбуждения от одних нервных клеток к другим. Нервы проводят возбуждение только в одном направлении — от разных частей тела к мозгу (*центrostремительные нервы*) или, наоборот, от мозга к различным частям тела (*центробежные нервы*).

Центральная нервная система состоит из *спинного и головного мозга*.

В спинном мозгу расположены центры целого ряда врожденных безусловных рефлексов. Он регулирует мускульные движения человеческого тела и конечностей, а также работу внутренних органов.

Головной мозг находится в костной черепной коробке, надежно защищающей его от повреждений. Он является исторически более поздним образованием, чем спинной мозг. Головной мозг человека представляет собой значительно более сложное образование, чем мозг даже самых высших животных — человекообразных обезьян, не говоря уж о мозге низших животных.

Головной мозг человека не представляет собой сплошной массы. Он состоит из ряда отделов, связанных друг с другом. Нижний его отдел называется *продолговатым мозгом*, который соединяет спинной мозг с головным. Над продолговатым мозгом находятся *средний мозг, мозжечок*, еще выше — *промежуточный мозг*. Все эти отделы сверху покрыты *большими полушариями*.

Мозжечок регулирует равновесие и обеспечивает координацию произвольных движений. При нарушении работы или заболевании мозжечка животное, например, не может стоять и производит непрерывные движения головой, туловищем и конечностями, не может координировать движения конечностей.

Промежуточный мозг (вместе с *подкорковыми узлами* он образует так называемую *подкорку*, потому что расположен под корой больших

полушарий) имеет большое значение в инстинктивных и эмоциональных проявлениях человека.

В продолговатом и среднем мозгу находится особая нервная ткань, которая под микроскопом имеет вид густой сеточки из нейронов с их отростками особого вида. Эта нервная ткань получила название *ретикулярной формации* (в переводе «сетчатое образование» от латинского слова «ретикула» — сеточка). Исследования последних лет показали, что ретикулярная формация играет важнейшую роль в жизнедеятельности мозга. Она является возбудителем коры больших полушарий. Посылая нервные импульсы в большие полушария, ретикулярная формация приводит их в состояние бодрствования, поддерживает их активность. Человек с поврежденной ретикулярной формацией впадает в так называемую кому (кома — бессознательное состояние, напоминающее глубокий сон). Он может прожить еще около года, но будет совершенно беспомощным.

Кора больших полушарий мозга.

Наиболее развитая часть головного мозга — большие полушария. Большие полушария — парное образование, состоящее из правой и левой половин. Снаружи большие полушария покрыты тонким слоем серого мозгового вещества толщиной 3—4 мм. Этот слой серого вещества называется *корой больших полушарий*.

В коре насчитывается около 15 миллиардов нейронов (т. е. в 3 раза больше, чем людей на Земле) различного размера, формы и строения. Они очень плотно и экономно «упакованы» (в 1 мм^3 30000 нейронов). Благодаря своим отросткам и синапсам клетки коры вступают в многочисленные контакты друг с другом. Число подобных связей в коре выражается астрономическими числами, если учесть, что клеток 15 миллиардов, а число контактов одной клетки и ее отростков с другими клетками и их отростками может достигать до 6000. Поэтому кора представляет собой единое, слаженно действующее целое. Нервные клетки коры не могут делиться, т. е. размножаться. У новорожденного ребенка то же количество нервных клеток, что и у взрослого. Развитие идет по пути усложнения строения клеток и увеличения количества контактов между ними. Начиная же с 30—35 лет количество нервных клеток уменьшается: по подсчетам ученых, ежедневно гибнет до 50 000 и более нервных клеток.

Кора — непосредственная материальная основа мышления и сознания человека. В процессе эволюционного развития кора впервые

появляется у пресмыкающихся и птиц, а интенсивно развиваться начинает лишь у млекопитающих. У высших животных — человекообразных обезьян — кора уже значительно развита. Но лишь у человека кора головного мозга достигает наивысшей степени совершенства — в ней гораздо больше клеток (в коре человекообразных обезьян от 2 до 5 миллиардов нервных клеток), они значительно сложнее устроены, неизмеримо больше и количество связей между ними. Поверхность больших полушарий не гладкая, а имеет складчатый вид, изрезана большим количеством *борозд* и *извилин*, наличие которых значительно увеличивает площадь коры. Если расправить и разгладить все складки, то поверхность коры больших полушарий у человека составит более 2000 см².

В коре обоих полушарий головного мозга различают четыре части: *лобную, затылочную, теменную и височную*. Лобные доли — высшие отделы человеческого мозга. Они последними появились в процессе эволюции и достигают своего полного развития лишь у человека. У человека они занимают 29% поверхности коры, в то время как у человекообразной обезьяны — 16, у собаки — 7, у кошки — 3%. При поражении лобных долей целенаправленное осмысленное поведение становится невозможным, любое случайное отвлекающее обстоятельство побуждает к неоправданному поведению. Такой больной не может сосредоточиться на цели, он ведет себя как автомат: увидел лестницу — идет по ней, увидел проходящего мимо человека — произвольно пошел за ним, увидел звонок — позвонил; он может зайти, как в дверь, в открытые дверцы шкафа, а потом долго беспомощно стоять там. Он не может решить простейшей арифметической задачи.

Остальные доли ведают приемом, переработкой и хранением информации, поступающей от органов чувств. В затылочной доле находятся центры зрения, в височной — центры слуха и обоняния, в теменной — центры кожных ощущений (тепла, холода, давления).

Область передней центральной извилины — *моторная* (или двигательная) *область коры*, причем верхняя ее часть управляет движением ног, середина — движениями рук, нижняя — движениями лица. Клетки *премоторной зоны*, лежащие перед передней центральной извилиной, обеспечивают объединение отдельных движений в плавный поток. При поражении клеток этой зоны движения теряют плавность, производятся рывками и толчками. При поражении более глубоких слоев этой зоны человек оказывается не в состоянии прекратить раз

начавшееся монотонное движение и продолжает его, часто вплоть до полного изнеможения. Например, начав писать цифру «3», он не может остановиться и чертит бесконечное количество кружочков, сам удивляясь невозможности прекратить движение. Другой больной, начав строгать доску, оказался не в состоянии закончить работу, острогал доску до конца и принялся строгать верстак.

Можно сказать, что каждый орган имеет в мозгу свое собственное представительство. Подобная специализация групп нервных клеток, выражающаяся в том, что они играют различную роль и выполняют различные функции, называется *локализацией функций* («локализация» — от латинского слова «локос» — место, приуроченность явления к определенному месту). Наиболее значительную часть коры больших полушарий занимают клетки, связанные с деятельностью кисти рук, в особенности ее большого пальца, а также клетки, связанные с функциями мышц органов речи - губ и языка. А, например, клетки, связанные с туловищем, сконцентрированы у человека на относительно небольшом участке (рис.2).

Правое и левое полушария головного мозга в отношении осуществляемых функций не являются симметричными. Они «ведуют» противоположными половинами тела (левое полушарие — правой половиной тела, и наоборот). Оба полушария способны получать и перерабатывать информацию как в виде образов, так и слов, но *функциональная асимметрия головного мозга проявляется* в различной степени выраженности тех или иных функций в левом и правом полушариях. Центры речи расположены в левом полушарии (правое полушарие в этом смысле «немое» и «глухое»). Речь — настолько сложная функция, что существуют три области коры, работа которых обеспечивает речевую деятельность, или, иначе говоря, три центра речи: *речедвигательный центр Брока*, обеспечивающий возможность говорить (при поражении наступает потеря разговорной речи, хотя человек может произносить звуки), *слухоречевой центр Вёрнике*, обеспечивающий возможность слышать и понимать чужую речь (при поражении центра человек не понимает чужой речи), и *зрительноречевой центр*, или центр чтения и понимания письменной речи. Т.о., функцией левого полушария является чтение и счет, вообще преимущественное оперирование знаковой информацией (словами, символами, цифрами и т. д.). Левое полушарие обеспечивает возможность логических построений, без которых невозможно последовательное ана-

литическое мышление. Расстройство деятельности левого полушария, как правило, ведет к нарушению речи (появлению афазий), блокирует возможность нормального общения, при глубоком поражении нервной ткани — к серьезным дефектам мыслительной деятельности.

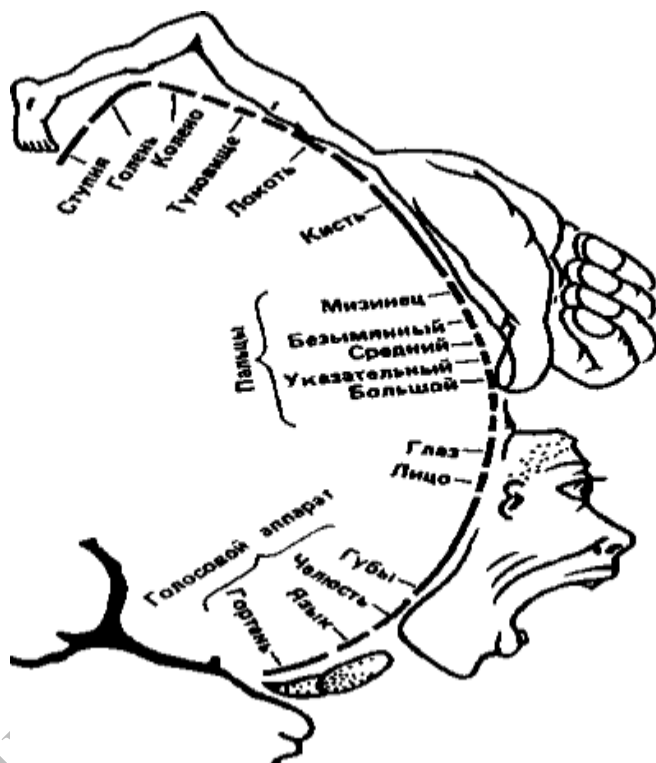


Рис. 2 Представительство разных частей тела в двигательной области коры (по Пенфилду)

Правое полушарие оперирует образной информацией, обеспечивая ориентацию в пространстве, восприятие музыки, эмоциональное отношение к воспринимаемым и понимаемым объектам. Оба полушария функционируют во взаимосвязи. Функциональная асимметрия присуща только человеку, формируясь в процессе общения, в котором может сложиться относительное преобладание у личности функцио-

нирования левого или правого полушария, что сказывается на его индивидуально-психологических характеристиках.

Итак, локализация функции в коре головного мозга человека не дает оснований считать, что отдельные области коры функционируют изолированно друг от друга. Кора больших полушарий объединяет деятельность отдельных центров в одно целое.

Работа нервной системы человека

Физиологические процессы, протекающие в коре головного мозга, иначе говоря, высшая нервная деятельность, являются материальной основой психики. Поэтому законы высшей нервной деятельности, открытые *И. П. Павловым*, имеют исключительно важное значение для психологии.

Основная форма взаимодействия организма со средой — **рефлекс** — ответное действие организма на раздражение. Действие это осуществляется с помощью центральной нервной системы.

В рефлекторном механизме принято различать три части: *чувствующую, центральную и двигательную*. Возбуждение по чувствующему нерву передается в центр (мозг), где переключается на двигательный нерв и по нему идет к рабочему органу. Возникает ответная реакция на раздражение. Эти три части рефлекторного механизма вместе называются **рефлекторной дугой**.

Согласно последним исследованиям физиологов установлено, что структура сложного рефлекса имеет не три, а четыре части. Эта последняя часть контролирует и корректирует (уточняет, поправляет) протекание третьей части — двигательной.

Как это происходит? Оказывается, как только нервный сигнал по двигательному — центробежному — нерву доходит до рабочего органа (к мышце или железе), то последний в свою очередь посылает обратный сигнал в центр — мозг. Поступивший обратный сигнал информирует мозг о характере тех изменений, которые в данный момент произошли в организме, т. е. сообщает мозгу, в какой мере — правильно или неправильно — рабочий орган выполнил полученную из центра команду. Как только мозг обнаруживает отклонение от заданной программы, если ответное действие выполнено неудачно, он тут же посылает сигнал о соответствующей корректировке действия и направляет деятельность организма по ранее намеченному пути. Это четвертое звено рефлекторного акта получило название *обратной связи*.

Благодаря наличию обратной связи обеспечивается саморегуляция, самоуправление организма в процессе правильного приспособления к окружающей среде. Без этого мы никогда не могли бы научиться ходить, писать, пользоваться ножом и вилкой, одеваться, совершать различного рода профессиональные движения, овладевать спортивными навыками.

Рефлексы по происхождению бывают двух видов: *врожденные и приобретенные*, или, по классификации *И. П. Павлова*, *безусловные и условные*.

Безусловные рефлексы являются функцией главным образом низших отделов центральной нервной системы, которые расположены под корой. *Условные рефлексы* являются функцией высшего отдела мозга — коры больших полушарий.

Безусловный рефлекс совершается автоматически и никакой предварительной тренировки не требует. Он приобретен данным видом животного в процессе всего предыдущего исторического развития и передается по наследству. Условный рефлекс требует определенных условий для возникновения.

Чтобы уяснить разницу нервных механизмов того и другого рефлекса, рассмотрим примеры. Маленький ребенок тянется ручонкой к блестящему белому чайнику. Обжегшись, малыш мгновенно отдергивает руку. Это безусловный рефлекс. Но вот он отдергивает руку при одном виде чайника. Это условный рефлекс.

Условный рефлекс возникает при неоднократном сочетании (совпадении) безразличного для организма раздражителя с безусловным раздражителем (для человека, как мы увидим далее, если с безусловным раздражителем сочетается словесный, достаточно и однократного сочетания). В этом случае в коре полушарий устанавливается *связь* между двумя центрами возбуждения. Связь эта, разумеется, не механическая связь типа нервного волокна, а проторение нервного пути, связанное с изменением состояния клеток. Это приводит к облегчению передачи возбуждения в соответствующем направлении. Таким образом, безразличный ранее, нейтральный раздражитель становится сигналом какого-либо жизненно необходимого явления. А это чрезвычайно важно: животное погибло бы, если, не умея отыскивать пищу по условным признакам, дождалось, пока она попадет ему в рот. Оно не могло бы выжить, если бы не получало условных сигналов опасности

заранее (вид зверя-врага, издаваемые им звуки) и начинало обороняться лишь в тот момент, когда попадало в зубы и когти хищников.

Безусловные и условные рефлексы выполняют функцию связи организма с окружающей средой, обеспечивают его приспособление к этой среде и нормальную жизнедеятельность в ней. Одни безусловные рефлексы не могут обеспечить многим животным, а человеку тем более, всесторонних связей с окружающей средой. Во-первых, потому, что, являясь количественно немногочисленными, они дают лишь ограниченную ориентировку в окружающей среде. Во-вторых, безусловные (т. е. постоянные, неизменные) рефлексы могут обеспечивать уравнивание организма со средой лишь при абсолютном постоянстве этой внешней среды. А так как внешняя среда при своем чрезвычайном разнообразии находится в непрерывном колебании, то безусловных связей как связей постоянных недостаточно и необходимо дополнение их временными связями.

Таким образом, если безусловные рефлексы дают лишь строго ограниченную ориентировку в окружающей среде, то условные рефлексы обеспечивают универсальную ориентировку. Поэтому роль условных рефлексов в жизни человека очень велика. Крупнейший русский физиолог *И. М. Сеченов* еще в конце XIX в. показал, что все поведение человека представляет собой сложную систему рефлекторных актов. *И. П. Павлов* специально подчеркивал, что механизм формирования условных рефлексов и их систем лежит в основе привычек и навыков человека, в основе воспитания и дисциплинирования его.

Кора больших полушарий, испытывая на себе воздействие различного рода сигналов, идущих из внешнего мира, совершает сложную *аналитика-синтетическую деятельность* — анализирует внешний мир, выделяет различные раздражители, воспринимает различные сигналы. Синтетическая деятельность коры состоит в образовании временных связей.

Координация функций коры больших полушарий головного мозга осуществляется благодаря взаимодействию двух основных нервных процессов — **возбуждения** и **торможения**. По характеру деятельности эти процессы противоположны друг другу. Если процессы возбуждения связаны с активной деятельностью коры, с образованием новых условных нервных связей, то процессы торможения направлены на изменение этой деятельности, на прекращение возникшего в коре возбуждения, на блокирование временных связей. Но не надо считать, что

торможение — это прекращение деятельности, пассивное состояние нервных клеток. Торможение также активный процесс, но противоположного характера, чем возбуждение.

Торможение обеспечивает необходимые условия для восстановления их работоспособности. Такое же охранительное и восстановительное значение имеет сон как торможение, широко распространившееся на ряд важных участков коры. Сон предохраняет кору от истощения и разрушения. При длительном отсутствии сна наблюдаются нервные расстройства, приводящие к самым серьезным последствиям. Однако и сон не есть остановка работы мозга. Еще *И. П. Павлов* отмечал, что сон — это своеобразный активный процесс, а не состояние полной бездеятельности. Во сне мозг отдыхает, но не бездействует, при этом отдыхают клетки, активные днем. Многие ученые предполагают, что во время сна происходит своеобразная переработка накопленной за день информации, но человек не осознает этого, так как соответствующие функциональные системы коры, обеспечивающие осознание, заторможены.

Существуют два основных вида коркового торможения: внешнее и *внутреннее*.

Внешнее торможение — результат действия какого-либо внешнего сильного постороннего раздражителя. Первоклассник пишет, сосредоточенно выводит буквы. Он весь поглощен этим занятием. Но вот в комнату с веселым лаем вбегает его любимая собачка. Учебная деятельность ребенка прекращается. Это явление объясняется тем, что возникновение нового сильного очага возбуждения вызывает торможение других участков коры и действующий рефлекс тормозится.

Особой формой внешнего торможения является так называемое *охранительное торможение*. Оно возникает под влиянием очень сильных (или продолжительно действующих) раздражителей, которые вызывают сверхсильное возбуждение нервных клеток. Как только раздражение достигает определенного предела, вступает в действие охранительное торможение. Например, перевозбужденный впечатлениями, переутомленный ребенок быстро засыпает, иногда даже сидя у телевизора. Это проявление охранительного торможения.

Внутреннее торможение есть проявление внутренних закономерностей работы коры. Примером внутреннего торможения может служить угасание условных рефлексов. Так, наблюдается постепенный распад навыка, если его не подкрепляют упражнением; торможение

складывающейся у ребенка гигиенической привычки, если она не подкрепляется соответствующим отношением взрослых, и т. д. К этому виду торможения относится и торможение, лежащее в основе выдержки, умения сдерживать непосредственные побуждения, желания.

Динамика нервных процессов.

Деятельность коры в любой момент представляет собой сложную мозаику процессов возбуждения и торможения, которые между собой тесно связаны и постоянно взаимодействуют. Это взаимодействие подчиняется двум основным законам: *закону иррадиации и концентрации* и *закону взаимной индукции*.

Закон иррадиации и концентрации заключается в следующем: когда под влиянием того или иного раздражителя в каком-либо участке коры возникает возбуждение, то оно не остается в одном месте, а распространяется (иррадирует) по коре больших полушарий. Это явление называют *иррадиацией возбуждения*. Например, под влиянием иррадиации возбуждения младший школьник, наблюдающий острый конфликт, развертывающийся на его глазах в детском театре по ходу пьесы, начинает топтать ногами, вертеться, судорожно двигать руками, произносить отрывочные фразы.

Одновременно на границе иррадирующего очага возбуждения возникает другой процесс — торможение, которое ограничивает и направляет процесс возбуждения в определенное русло и к определенному пункту. Это явление называется *концентрацией возбуждения*.

Закон взаимной индукции заключается в том, что нервный процесс вызывает (индуцирует) в соседних участках противоположный процесс. Например, если в каком-либо участке коры возникает возбуждение, то в соседних с ним других участках коры развивается процесс торможения. Это явление называется *отрицательной индукцией*. Соответственно очаг торможения индуцирует вокруг себя поле возбуждения (*положительная индукция*). Отрицательная индукция лежит в основе такого психического явления, как отвлечение или понижение внимания к объекту под влиянием какого-либо нового, сильного внешнего воздействия (школьник отвлекается от работы, когда слышит интересный разговор или когда включают телевизор).

Пример положительной индукции: маленький ребенок капризничает перед сном, вертится, плачет. Это означает, что развивающийся очаг сонного торможения индуцирует возбуждение двига-

тельных и речевых центров, в результате чего усиливается связанная с этими участками мозга рефлекторная деятельность.

Первая и вторая сигнальные системы.

Кора больших полушарий мозга испытывает воздействие разнообразных сигналов, идущих как извне, так и из самого организма. *И. П. Павлов* различал два принципиально отличных друг от друга типа сигналов, или сигнальных систем, как он их обозначал.

Сигналы прежде всего предметы и явления окружающего мира. Эти разнообразные зрительные, слуховые, осязательные, вкусовые, обонятельные раздражители *Павлов* назвал *первой сигнальной системой*. Она имеется у человека и животных.

Но кора головного мозга человека способна реагировать и на слова. Слова и сочетания слов также сигнализируют человеку об определенных предметах и явлениях действительности. Слова и словосочетания *И. П. Павлов* назвал *второй сигнальной системой*. Причем слово выступает в трех видах — как слово слышимое, видимое (написанное) и произносимое про себя. Самое важное заключается в том, что человек реагирует не на звуковую оболочку слова (или графическое его изображение), а на его смысловое содержание. В одном из опытов у человека вырабатывалась условная реакция (быстрое включение лампы) на слово «дорожка». Затем слово было заменено синонимом «тропинка». И оно вызвало ту же условнорефлекторную реакцию, хотя по звуковому составу отличалось от первого. Сходные по звучанию слова («морoshка», «картошка»), но отличные по смыслу такой реакции не давали. Более того, эта же реакция имела место и при употреблении иностранного слова такого же значения (если испытуемый его знал). Если испытуемый не знал этого иностранного слова, то оно воспринималось им только как звуко сочетание и соответствующей реакции не вызывало.

Вторая сигнальная система — продукт общественной жизни человека и присуща только ему, у животных нет второй сигнальной системы.

Животные (например, собака) тоже могут реагировать на слова, но эти реакции есть не что иное, как условные рефлексы не на значение слова, а на звуки человеческого голоса. Поэтому соответственно обученная собака ответит одной и той же реакцией, например, на слова «на место!» и «невеста!», произнесенные одинаковым тоном, но не среагирует при этом на слова «ложись на свой коврик».

Важнейшее значение сигналов второй сигнальной системы заключается, во-первых, в том, что эти сигналы — такой же реальный раздражитель, как и все остальные. Слово, речь (родителей, воспитателей, а затем и речь, направленная к себе) — своеобразные формирующие и пусковые сигналы разнообразных действий человека.

Во-вторых, слово заменяет внешние и внутренние раздражители и поэтому может вызвать ту же реакцию, что и сами раздражители. Дети в конце перемены по звонку идут в класс. Звук звонка для них — первосигнальный раздражитель. Но на большой перемене они могут играть на спортплощадке, где звонок не слышен. К ним посылают сказать: «Звенит звонок!» Дети также идут в класс. Слово как второсигнальный раздражитель заменило звук звонка.

В-третьих (и это самое важное), слова, представляя собой отвлечение от действительности, допускают обобщение сигналов первой сигнальной системы. Слово может быть сигналом не одного, а сразу множества реальных предметов, объединенных по определенному признаку. Так, словом «дерево» обозначают множество деревьев, отличающихся друг от друга, но имеющих существенное общее свойство. Словом «книга» люди обозначают множество книг, отличающихся по содержанию, величине, внешнему оформлению, но опять-таки имеющих существенные сходные черты. А отвлечение и обобщение составляет основу мышления. Иными словами, *вторая сигнальная система является физиологической основой человеческого мышления.*

У человека обе сигнальные системы неразрывно связаны между собой, они постоянно взаимодействуют. Только такое взаимодействие и обеспечивает полноценное познание объективной действительности. Поэтому так важно при обучении сочетать словесный рассказ с наглядными представлениями. Когда учитель рассказывает детям о частях растения — корне, стебле, листьях и одновременно демонстрирует растение или показывает его рисунок, он обеспечивает совместную работу первой и второй сигнальных систем.

2. Стадии развития психики животных. Основной функцией психики является отражение.

Отражение – всеобщее свойство материи, заключающееся в способности одних объектов воспроизводить с различной степенью точности те или иные моменты, качества и отношения других объектов.

Характер отражения зависит от уровня организации материи. Простейшей формой биологического отражения является *раздражимость*, которая проявляется уже при переходе от неорганической материи к органической (характеризует растительную жизнь). Но растениям свойственна пассивная форма жизнедеятельности. Стадии животной жизни характерна более сложная форма отражения - *чувствительность* (способность к ощущениям). Даже простейшие животные активно ориентируются в окружающей обстановке. Появление чувствительности и может служить биологическим признаком возникновения психики. Т.е., психика присуща всем живым существам, но имеет свои особенности на разных стадиях развития.

Стадии развития психики животных (по А.Н. Леонтьеву):

1. Стадия элементарной сенсорной психики (представители: кишечно-полостные, насекомые, черви).

Особенность нервной системы: у кишечно-полостных - диффузная нервная система (бесформенное тело), у червей - цепочная нервная система (нервная система вдоль всего тела, существует голова, которая наиболее чувствительна), у насекомых - узловая (существует дифференциация нервных окончаний - слуховые, глазные и т.д.).

Форма отражения окружающего мира - чувствительность.

Форма поведения - инстинкт (сложная система безусловных рефлексов, которые вырабатываются многими миллионами поколений и передаются по наследству так же, как и особенности строения тела). Причем, чем примитивнее организм, тем совершеннее система инстинктов и тем больше таких программ заложено от рождения. Нередко эти программы настолько сложны, что некоторые исследователи считают их примером разумного поведения (паутина, соты). Но эти программы всего лишь врожденные циклы приспособительных актов, так как они теряют смысл, если искусственно изменить привычные условия.

2. Перцептивная стадия (представители: позвоночные, млекопитающие).

Особенность нервной системы: кроме ствола головного мозга (инстинкты) имеется кора больших полушарий (приобретение индивидуального опыта). Масса головного мозга занимает все большее место по отношению к массе тела.

Форма отражения окружающего: способность не только ощущать, но и воспринимать предметы и ситуации (анализировать поступающую информацию).

Форма поведения: научение (способность накапливать индивидуальный опыт, т.е. не только пускать в ход врожденные программы поведения, но и строить индивидуально новые формы поведения, не заложенные от рождения). Но научение протекает путем двигательных проб и ошибок, закрепляется в результате подкрепления.

3. Стадия интеллектуального поведения животных (представители: приматы, высшие животные).

Особенность нервной системы: в коре больших полушарий имеются более сложные зоны чувствительности (более острый слух, зрение и т.д.).

Форма отражения: способность не только к ощущениям и восприятию, но и к простейшим формам мышления, т.е. решает задачу не путем двигательных проб, а предварительно поразмыслив, какие действия нужно совершить. Мышление на этом этапе называют ручным, т.к для решения мыслительной задачи здесь необходимы два условия:

1) Чтобы предмет, необходимый для решения задачи, находился в поле зрения.

2) Чтобы животное имело возможность манипулировать с предметом.

Для этой стадии характерна и большая прочность памяти.

Форма поведения: не только инстинкт и научение, но и способность к действиям с орудиями труда (например, обезьяна может сбить яблоко при помощи палки).

3. Психика и сознание.

Психика – системное свойство высокоорганизованной материи (мозга), проявляющееся в специфическом отражении субъектом объективной реальности.

Психика человека еще более сложна по структуре и имеет ряд важных отличий от психики животных:

1) В основе поведения человека, в отличие от животных, лежит только удовлетворение биологических потребностей (например, героизм).

2) Человек способен отвлекаться от конкретной ситуации и предвидеть последствия, которые могут возникнуть в связи с этой ситуацией.

3) Человек способен создавать орудия труда по заранее продуманному плану и сохранять их. Кроме этого, у животных орудийная деятельность никогда не совершается коллективно.

4) Человек может накапливать и передавать накопленный общественный опыт. Язык общения есть и у животных, но с его помощью они лишь подают сигналы по поводу данной ситуации (опасность). Человек же может информировать людей о прошлом, настоящем и будущем и усваивать опыт, накопленный другими людьми.

Изготовление, употребление и сохранение орудий труда, разделение труда способствовали развитию абстрактного мышления, речи, языка, развитию общественно-исторических отношений между людьми. В процессе исторического развития общества человек изменяет способы и приемы своего поведения, трансформирует природные задатки и функции в **высшие психические функции** — специфически человеческие, общественно и исторически обусловленные формы памяти, мышления, восприятия (логическая память, абстрактно-логическое мышление), опосредованные применением вспомогательных средств, речевых знаков, созданных в процессе исторического развития. **Единство высших психических функций** образует сознание человека. Таким образом, сознание является высшей стадией развития психики.

Сознание - это высшая, свойственная только человеку и связанная с речью, функция мозга, которая заключается в обобщенном и оценочном отражении действительности, а также ее творческом преобразовании, в предварительном мысленном построении действий и предвидении результатов, в разумном регулировании поведения.

Сознание, как высшая часть развития психики, включает в себя следующие компоненты:

1. *Знание* (о себе и окружающем мире), которое человек получает с помощью познавательных процессов.

2. *Самосознание* (выделение себя из окружающего мира и противопоставление себя окружающим).

3. *Целеполагание* (способность ставить цель и достигать ее с помощью воли).

4. *Оценка* (эмоциональное отношение к окружающему миру).

С учетом всех отмеченных положений можно отметить, что в современной психологической литературе выделяют три основные **формы существования психического, это: психические процессы, психические состояния и психические свойства.** Указанные формы отличаются друг от друга по времени протекания и степени обобщенности психического.



Рис.3 Структура психики

Психические процессы являются основным способом существования психического. Они предельно пластичны и динамичны. Исходя из функциональной необходимости обеспечения деятельности человека, выделяют познавательные (обеспечение предметности деятельности), эмоциональные (обеспечение субъективности деятельности) и волевые (обеспечение активности деятельности) процессы.

К познавательным процессам относят: ощущение, восприятие, память, мышление, речь, воображение, внимание.

Вступая во взаимодействие с предметами окружающего мира, человек *ощущает* его отдельные физические, химические и другие свойства. Для удовлетворения своих потребностей ему необходимо отражать мир предметно, т.е. как совокупность свойств. Это становится возможным благодаря процессу *восприятия*. Чтобы оптимизировать процесс поиска предмета потребности, необходимо его «второй» образ сохранить в сознании, в представлении — идеальном обобщенном образе действительности. Без включения *памяти* в познание процессы ощущения, восприятия и другие каждый раз будут переживаться как впервые встречаемые. Память позволяет фиксировать в опыте ценностные ориентации человека, способы его поведения и действий. Распад памяти влечет за собой распад феноменальной целостности человека.

Мир развивается по объективным законам. Без их познания невозможна деятельность, совершенствование самого человека. Именно познание сущности делает возможным преобразующую деятельность. Способность отражать мир на уровне сущности делает возможным преобразующую деятельность. Такое отражение мира на уровне его сущности позволяет осуществить процесс *мышления*. Мышление невозможно без *речи*: человек «мыслит» словами. Живя в постоянно изменяющемся мире, человеку необходимо предугадать по отдельным признакам будущее изменение и заблаговременно подготовить свое ответное поведение, действие. Это возможно благодаря процессу *воображения*. *Внимание* позволяет направлять «луч сознания» на те предметы и явления, которые в данное время предстают как самые значимые.

Таким образом, познавательные процессы обеспечивают деятельность, являются ее условием. В то же время они формируются и развиваются в процессе деятельности. А это означает, что любой процесс, например мышление и внимание, может быть рассмотрен и как деятельность. Человек всегда пристрастен, он всегда относится к предметам и явлениям окружающего мира, самому себе. Пристрастность отражается в *эмоциях*. Процессы познания мира и эмоциональные процессы взаимосвязаны друг с другом. В познании проявляет себя отношение, которое в свою очередь есть результат познания.

Эмоция есть отражение потребности и возможности ее удовлетворения. Высшим продуктом социального, ценностного развития эмоций человека являются *чувства*. В чувстве как бы «сплавлено» понятие, отражающее ценностную позицию и обобщенный эмоциональный опыт по переживанию отношения к этой ценности в процессе деятельности (например: чувство патриотизма, чувство долга, ответственности, гордости).

Человек не только познает окружающий мир, относится к нему, но и активно действует, изменяет его. Это возможно благодаря *воле*. Под волей принято понимать способность человека саморегулировать и самодетерминировать свою деятельность.

Психические состояния это целостная характеристика психической активности людей в определенных условиях, при выполнении ими конкретных задач. Каждый компонент психики (познавательный, эмоциональный, волевой) по-разному представлен в том или ином состоянии.

Свое название «психическое состояние» получает от ведущего компонента: эмоциональное состояние (радости, печали и т.д.), волевое состояние (решительности, настойчивости и т.д.). Собственно жизнь человека есть смена одного состояния другим. Состояние человека есть тестирующий фактор жизненной ситуации, которая возникла в данный момент времени. По типичным состояниям в различных ситуациях можно судить об устойчивых личностных компонентах человека. Именно таким образом мы оцениваем людей: «это увлеченный человек», «это решительный человек», «это веселый человек» и т.д.

Психические свойства выступают в виде системных качеств персонала. Свойства человека формируются и проявляют себя в деятельности. Синтез свойств психики приводит к формированию обобщенных макрохарактеристик человека как индивида, личности, субъекта деятельности и индивидуальности. Каждая из этих макрохарактеристик, взаимодействуя с другими, отражает включенность человека в приоритетные сферы жизненной стратегии, в которой целенаправленная активность обеспечивает получение вполне определенных результатов. В макрохарактеристике «индивид» отражена вся совокупная психофизиологическая основа человека. «Личность» выражает его социализацию, иначе говоря, освоение социального опыта. Деятельностная активность человека представлена в макрохарактеристике «субъект деятельности». И, наконец, на неповторимую самобытность чело-

века как целостного феномена указывает интегративная макрохарактеристика «индивидуальность».

Все эти макрохарактеристики человека образуют его целостный психологический портрет, качественные признаки которого возникают, формируются, развиваются и проявляются во взаимодействии с другими людьми, предметным миром, собственным «Я».

Содержание психических свойств человека включает:

- направленность («Что хочет человек?»);
- способности («Что может человек?»);
- характер и темперамент («Как проявляется человек»).

Изучать человека — значит изучать его свойства: направленность, способности, характер и темперамент, а также условия и факторы определяющие их особенности. Все эти свойства проявляются только в деятельности. Их познание возможно через изучение психологической структуры деятельности: мотивов, целей, способов и результатов действий при решении конкретных задач в определенных условиях. Приоритетное внимание, безусловно, следует уделять изучению субъекта деятельности.

Тема 3. Методы современной психологии

1. Организационные методы.
2. Эмпирические методы.
3. Методы обработки данных и интерпретационные методы.
4. Методы коррекции.

1. Организационные методы. Психология, как и любая наука, использует целую систему частных методов или методик. Методы психологии - это способы выяснения фактов, характеризующих природу и закономерности психической жизни. В отечественной психологии выделяются следующие четыре группы методов (по Б.Г. Ананьеву):

- 1) Организационные методы.
- 2) Эмпирические методы.
- 3) Методы обработки данных.
- 4) Интерпретационные методы.

В отдельную группу выделяют методы коррекции (методы психологического воздействия).

Организационные методы включают в себя:

1) **Сравнительный метод** или **метод поперечных срезов** (это сопоставление различных групп испытуемых по возрастам, по деятельности и т.д.). Достоинство: приобретение результатов в течение короткого времени. Недостаток: этот метод дает возможность определить чисто внешние изменения в развитии и получить общие для всех, усредненные значения.

2) **Лонгитюдный метод** или **метод продольных срезов** (многократные обследования одних и тех же лиц на протяжении длительного времени). Достоинства: позволяет выявить закономерности развития психики при переходе от одного возрастного этапа к другому, выявить важные образования, которые появляются к концу каждого этапа. Недостаток: значительные затраты времени.

3) **Комплексный метод** (в исследовании участвуют представители различных наук, т.е. один объект изучают разными средствами). Например, программа «Дети Чернобыля».

2. Эмпирические методы. Группа эмпирических методов считается основной и включает в себя следующие методы:

- 1) *Наблюдение и самонаблюдение.*
- 2) *Экспериментальные методы.*
- 3) *Психодиагностические методы.*
- 4) *Анализ продуктов деятельности.*
- 5) *Биографические методы.*

Наблюдение - один из самых простых и распространенных методов в психологии. Он состоит в преднамеренном и целенаправленном восприятии психических явлений с целью изучения их специфических изменений в определенных условиях и отыскания смысла этих явлений, который непосредственно не дан. Наблюдение обычно проводится в естественных условиях, без вмешательства в ход деятельности. Поступки и слова подробно записываются, а затем анализируются. Для научного наблюдения характерным является не простая фиксация факта, а переход от его описания к объяснению. Для такого наблюдения необходим четкий план.

Научное наблюдение непосредственно соприкасается с обыкновенным житейским наблюдением. Поэтому нужно четко их различать. Научное наблюдение имеет ряд важных *требований*, которых не имеет житейское наблюдение:

1. Определение четкой цели и задач (для чего наблюдать?).
2. Выбор объекта, предмета и ситуации (что наблюдать?).
3. Выбор способа наблюдения, наименее влияющего на исследуемый объект и наиболее обеспечивающего сбор необходимой информации (как наблюдать?).
4. Выбор способов регистрации наблюдаемого (как вести записи?).
5. Обработка и интерпретация полученной информации (каков результат?).

Различают *два вида наблюдений*: научно-психологическое (требует специальной подготовки и научных знаний) и психолого-педагогическое (например, изучение познавательной, интеллектуальной сферы школьников).

Основным достоинством метода является то, что он позволяет изучать психические процессы в естественных условиях. Однако, следует выделить и недостатки: на результаты наблюдения могут существенно влиять личностные особенности наблюдателя, также длительное наблюдение приводит к усталости, адаптации к ситуации, что также увеличивает опасность неточных записей, кроме этого, данный метод требует значительных затрат времени. Поэтому, наблюдение используется в первую очередь тогда, когда требуется минимальное вмешательство исследователя в поведение испытуемого.

Одной из форм наблюдения является *самонаблюдение*.

Экспериментальный метод - это исследовательская деятельность, которая имеет следующие требования, отличные от требований к методу наблюдения:

1. Исследователь сам создает условия для того, чтобы вызвать изучаемое явление и активно воздействует на него, т.е. активно вмешивается в деятельность испытуемого.
2. Экспериментатор может изменять условия, в которых протекает явление.
3. Для проверки исследователь может повторять свои методы.

Различают лабораторный и естественный эксперимент. *Лабораторный эксперимент* проходит в лабораторных условиях с помощью специальной аппаратуры, действия испытуемого определяются ин-

струкцией, испытуемый знает, что над ним экспериментируют. Последнее условие иногда может нарушать естественность протекания психических явлений. Этого недостатка лишен *естественный эксперимент* (термин введен А.Ф.Лазурским в 1910г.): исследование проводится в обычных естественных условиях (например, в процессе урока) и, таким образом, исключается то напряжение у испытуемого, которое возникает в ходе лабораторного эксперимента.

Естественный эксперимент бывает двух видов: *констатирующий* (изучается какое-то явление, делаются выводы о наличии/отсутствии определенного признака, сумме признаков, особенностей) и *формирующий* (служит одновременно и средством исследования и средством формирования изучаемого явления, т.е. создаются такие условия, при которых у испытуемых формируются желаемые психические качества (например, культура общения)).

К **психодиагностическим методам** относятся тесты, опросники, анкеты, интервью, беседа, социометрия.

Тест в переводе с английского означает "проба", "испытание". Термин был введен в практику в конце прошлого столетия американским ученым Дж.Кеттелом, широкое же распространение тесты приобрели с тех пор, как А.Бине и Т.Симон разработали специальную систему, для определения умственного развития или одаренности детей. Тест - это кратковременное задание, с помощью которого психолог стремится установить определенные психологические качества личности. В некоторых случаях для получения верной информации об испытуемом желательно метод тестов сочетать с другими психологическими методами, т.к. факт решения или нерешения теста еще не определяет внутренних причин изучаемого явления.

Целью другого психодиагностического метода - метода опроса является получение информации со слов опрашиваемых. Опросы бывают двух типов:

1) "Лицом к лицу" - интервью. Здесь исследователь задает вопросы непосредственно и по определенному плану. Достоинство: возможность варьировать вопросы. Недостатки: из-за отсутствия анонимности могут быть нечестные ответы, позволяет охватить небольшое количество человек.

2) Заочный опрос - анкеты, предназначенные для самостоятельного заполнения. При составлении анкет учитываются следующие требования:

- каждый вопрос должен быть логически отдельным,
- вопросы не должны быть слишком длинными,
- каждый вопрос должен быть конкретным,
- вопросы должны формулироваться так, чтобы избежать шаблонных ответов,
- вопросы не должны иметь внушающего характера ("не согласны ли вы?"),
- вопросы, касающиеся событий и фактов, ставятся вначале, затем - более сложные вопросы, требующие оценки, и в конце - простые,
- для достоверности данных могут использоваться не только прямые, но и косвенные вопросы, а также контрольные вопросы (детекторы лжи).

Достоинства: возможность массового охвата большого количества лиц в небольшой срок, анкета гарантирует анонимность и потому искренность ответов, легкость обработки, проведение анкет не требует квалификации.

Всем методам опроса свойственна некоторая ограниченность. Эти методы основаны на самонаблюдении опрашиваемых, поэтому даже если испытуемые отвечают искренне, эти ответы могут быть чисто субъективными и поэтому не всегда верными.

Основное условие *метода беседы* - взаимопонимание между исследователем и испытуемым, проходит в неофициальных условиях. Строится по определенному плану, но не сводится к простому задаванию вопросов, не должна носить шаблонного характера, задания и вопросы должны быть максимально естественны. Это скорее доверительный разговор. Желательно и этот метод сочетать с другими объективными методиками.

Еще один психодиагностический метод - *анализ продуктов деятельности*. Этот метод широко используется в исторической психологии для изучения психологии человека в давнопрошедшие исторические времена, недоступные для непосредственного наблюдения. Также метод широко используется в детской психологии, где изучаются продукты детского творчества для психологического изучения ребенка.

Биографический метод - это разновидность метода изучения продуктов деятельности. Материалом здесь служат письма, дневники, биографии, почерки.

3. Методы обработки данных и интерпретационные методы. Методы обработки данных включают в себя *количественный метод* (статистический) и *качественный метод* (анализ результатов, выделение новых фактов, дифференциация материала по группам).

Интерпретационные методы представлены следующими методами: *генетический* (анализ материала в плане развития с выделением отдельных фаз, стадий, критических моментов и т.п.) и *структурный* (устанавливает структурные связи между всеми характеристиками личности) методы.

4. Методы коррекции. При выборе эффективных методов воздействия на личность или группу важно всегда руководствоваться одним из главных принципов психологической практики - «Не навреди!».

Во многих случаях людям требуется помощь немедицинского характера (например, острое недовольство собой, окружающими, жизнью в целом). Природа такого неблагополучия кроется не в болезненных процессах, происходящих в организме, а в особенностях его личности или жизненной ситуации. Такие люди не являются больными, но все же нуждаются в помощи. Для этого создан набор приемов, программ и методов воздействия на поведение людей, которые называются методами коррекции. К ним относятся: тренинг, дискуссия, метод предъявления моделей, и другие методы терапевтического воздействия.

Тренинг - метод воздействия, направленный на создание новых психических образований, либо на развитие уже существующих. Три вида тренинга: функциональный (развитие основных психических функций и процессов - памяти, внимания, мышления, воли); аутотренинг (формирование и развитие навыков психической саморегуляции, релаксации); социально-психологический тренинг (тренинг общения, тренинг уверенности в себе, тренинг социально-психологической сензитивности и др.). В ходе тренинга используются различные упражнения, ролевые игры, психогимнастика, предоставляется участникам группы друг другу обратная связь.

Зарождение метода *аутогенных* тренировок связывают с именем нем. психотерапевта И.Г.Шульца. Эти тренировки включают три компонента:

а) умение полностью расслаблять мышцы тела и владеть правильным ритмом дыхания,

б) использование чувственных образов (зрительных, слуховых, тактильных) и приятных представлений,

в) использование слов не только вслух, но и мысленно (в форме самоприказов, самопроговаривания).

Метод используется для лечения и профилактики неврозов и функциональных нарушений в организме, для эмоциональной разгрузки, позволяет человеку владеть собой в экстремальных условиях и т.д.

Групповой (социально-психологический) тренинг - это своеобразные формы обучения знаниям и отдельным умениям в сфере общения, а также формы соответствующей коррекции. Групповые тренинги могут записываться на магнитофонную ленту или видео-плёнку, затем группа вновь даёт анализ. Такая форма тренинга называется видеотренинг.

Тренинги широко применяются для подготовки специалистов и руководителей, а также для разрешения конфликтов между родителями и детьми, супружескими парами и т.п.

Метод предъявления моделей основан на использовании механизмов психического заражения, внушения и подражания. Метод имеет две плоскости в применении: личный пример руководителя / специалиста, предъявление в качестве образцов поведения других людей. Второй вариант метода предполагает также использование различных персонажей кинофильмов, произведений художественной литературы, сказок, притч, анекдотов и др.

Благодаря своей образности и эмоциональной насыщенности они выступают в качестве достаточно сильных средств воздействия. Эмоциональное заражение - процесс, основанный на бессознательной передаче от субъекта к субъекту разного рода психических состояний - азарта, радости, тревоги, воодушевления, экстаза, отваги, которые неосознанно воспроизводятся в ситуациях взаимодействия. На основе эмоционального заражения возникает, как правило, подражание копирование поведенческих актов и поступков другого человека. Копирование также основывается на механизме идентификации, когда человека хочет быть похожим на того, кто является авторитетным для него. Собственная идентичность (самосознание) наиболее активно строится в подростковый и юношеский период, и у развивающейся личности данный процесс продолжается на протяжении всего жизненного пути. Внушение - воздействие на психику человека, предполагающее некритическое восприятие им особенностей информации. Внушение осу-

ществляется как посредством вербальных, так и невербальных средств. Особенностью внушения является его адресованность не к логике и разуму личности, а к ее готовности внутренне принять передаваемые сведения, указываемые действия. Внушаемость человека зависит от уровня развития его сознания и самосознания.

Дискуссия - обсуждение какого-либо вопроса с целью найти оптимальное решение. Существуют определенные правила для проведения эффективных дискуссий (говорить по очереди, не перебивая друг друга, уточнять смысл сказанного собеседником, предоставлять возможность высказаться каждому участнику дискуссии, периодически резюмировать сказанное в группе). Преобладающим механизмом воздействия здесь выступает убеждение — процесс воздействия на суждения собеседника силой логических доказательств. Основными правилами в эффективном использовании убеждения являются: искреннее желание понять собеседника, демонстрация своего понимания собеседнику, уважение его личности, логичность в построении своих доводов.

Тема 4. Личность

1. Человек: индивид, личность, индивидуальность.
2. Самосознание и самооценка личности.
3. Типологии личности.
4. Психологические защиты личности.

1. Человек: индивид, личность, индивидуальность. Проблемы личности, ее изучения и управления формированием относятся к числу фундаментальных направлений психологии. Американский психолог Г.В.Олпорт в своей книге "Личность" привел около пятидесяти определений личности. Приведем только некоторые из них:

Личность - динамическая организация тех психофизиологических систем в индивиде, которые определяют единственные способы приспособляемости к внешней среде в смысле характерических способов поведения и переживания. (Г.В. Олпорт).

Личность - более или менее стабильная, прочная организация характера, темперамента, интеллекта и тела, которая определяет ее единственную индивидуальную адаптацию к среде. (Г.Ю. Айзенк).

Понятие *личности*, так же как и понятие индивида, выражает целостность субъекта жизни, личность не состоит из кусочков, это не "полипняк". Но личность представляет собой целостное образование особого рода. Личность не есть целостность, обусловленная гипотетически: личностью не рождаются, личностью становятся... Личность есть относительно поздний продукт общественно-исторического и генетического развития человека. (А.Н.Леонтьев).

Под *личностью* мы понимаем человека как носителя сознания. (К.К. Платонов).

При объяснении любых психических явлений *личность* выступает как воедино связанная совокупность внутренних условий, через которые преломляются все внешние воздействия (в эти внутренние условия включаются и психические явления - психические свойства и состояния личности). (С.Л. Рубинштейн).

Анализ различных определений личности позволяет выделить инвариантное ядро ее основных характеристик. Личность - это конкретный человек в совокупности принадлежащих ему психических свойств и качеств, характеризующих его как члена определенного общества и как индивидуальность. Личность появляется только с возникновением у человека сознания и самосознания. Личность - это понятие, обозначающее, во-первых, человека как субъекта отношений и сознательной деятельности и, во-вторых, устойчивую систему социально-значимых черт, характеризующих индивида как человека того или иного общества или общности. В психологии под личностью понимается некоторое ядро, интегрирующее начало, связывающее воедино различные психические явления индивида и придающее его поведению соответствующую последовательность, разумность и устойчивость.

Для характеристики человека в психологии наряду с понятием «личность» используются понятия «индивид» и «индивидуальность».

В понятии «**индивид**» выражена родовая принадлежность человека к человеческому роду (у животных - особь). Любой человек – это индивид. Понятия "личность" и "индивид" находятся в тесном единстве, однако, они не тождественны. Поэтому возможны факты существования индивида, который не является личностью. Это обстоятельство подтверждается опытом изучения людей, воспитанных животными.

Личность всегда является представителем общества или общности. Вместе с тем личность выступает не только в роли объекта, восприни-

мающего влияния окружающей среды (как социальной макросреды, так и микросреды), но и в роли активного деятеля и творца, отражающих ее индивидуальность.

Человеческая деятельность является источником развития личности. В деятельности отражается созидательная роль личности, позволяющая изменять не только условия своего существования, но и собственное сознание, то есть собственную психическую сущность. Внутренняя психическая деятельность личности, ее психологические процессы, свойства и состояния являются продуктом присвоения или интериоризации внешней практической деятельности.

Индивидом можно считать и новорожденного, и взрослого, и мыслителя, и идиота, и представителя дикого племени, и жителя цивилизованной страны.

Человек появляется на свет как индивид, но еще в детстве включается в исторически сложившуюся систему общественных отношений. Дальнейшее его развитие в обществе создает такое переплетение отношений, которое формирует его как личность. Личность каждого человека, в свою очередь, наделена только ей присущим сочетанием черт и особенностей, образующих ее индивидуальность.

Индивидуальность – это сочетание психологических особенностей человека, составляющих его своеобразие, его отличие от других людей.

Индивидуальность проявляется в чертах темперамента, характера, привычках, интересах, способностях и т.д. Не существует двух одинаковых людей. Личность каждого человека неповторима и уникальна. Но понятие личности шире понятия индивидуальности, хотя вплоть до сер.19 в. понятия «личность» и «индивидуальность» употребляются как синонимы. Нельзя понять личность, описав только характер и темперамент. Охарактеризовать личность можно, только увидев ее в системе межличностных отношений, в совместной коллективной деятельности.

Эти три понятия образуют единство, но они не тождественны: каждое из них раскрывает свой специфический аспект.

Объяснение поведения личности и формирования предлагает четкое понимание источников и движущих сил ее развития. В связи с этим исторически в психологии сложилось несколько подходов в решении вопроса о движущих силах, источниках развития и становления личности. Выделяется ряд теорий, в которых психическое объясняется

как полностью спонтанный процесс, независимый ни от биологического, ни от социального. *Биогенетическая концепция* исходит из того обстоятельства, что развитие личности определяется биологическим, преимущественно наследственным фактором. Отсюда развитие личности малоуправляемо и носит самопроизвольный и спонтанный характер, предпочтение отдается только врожденным факторам наследственности. Они считают, что все особенности человека (и характер, и способности и т.д.) уже заложены природой и в каком бы обществе не оказался человек, они все равно рано или поздно проявятся.

Социогенетическая концепция понимает развитие личности как результат прямых воздействий окружающей социальной среды, как копию этой среды. При этом абсолютно игнорируется собственная активность личности, ее усилия по самовоспитанию и работе над собой. Считается, что только общество формирует и развивает личность. Тот факт, что в семьях великих людей вырастают и одаренные дети они объясняют тем, что в таких семьях просто создаются определенные условия для развития детей. Кроме этого они приводят в доказательство важности социальных факторов примеры с современными «маугли».

Концепция двух факторов предлагает механическое объединение и взаимодействие двух факторов (среды и наследственности). То есть она обосновывается на одинаковом учете в развитии личности и фактора биологического, наследственного и фактора среды.

В *отечественной психологии* за основу принято следующее положение: природное и социальное образуют единство и не могут быть механически противопоставлены друг другу как самостоятельные подструктуры личности. Природные черты существуют в структуре человеческой личности как социально обусловленные ее элементы (т.е. очень важны врожденные факторы, но наибольшее влияние оказывает общество).

Думается, что позиции, изложенные в этих концепциях, нуждаются в уточнении. Безусловно, биологический фактор является важнейшей предпосылкой развития личности, но решающая роль принадлежит ее социальному опыту, приобретенным знаниям, умениям и навыкам. В процессе развития личности изменяются ее потребности и возможности их удовлетворения. Это противоречие между потребностями и возможностями удовлетворения представляет движущую силу развития личности. Источником активности личности являются ее по-

требности, определяющие ее деятельность в направлении, ведущем к их удовлетворению. Побуждая личность к определенной активности, потребности не являются чем-то изначально данным человеку, а формируются в процессе воспитания, в широком смысле в процессе социализации, а их удовлетворение выступает в виде активной целенаправленной деятельности. В современной психологии часто говорится об иерархии потребностей человека или ступенях их развития (А. Маслоу). Эта иерархия имеет следующий вид:

Самоактуализация

Сознание собственного достоинства

Социальные потребности

Потребности в физической и психологической безопасности

Физиологические потребности

Рис. 4 Иерархическая пирамида потребностей по А.Маслоу

А. Маслоу утверждает, что пока не удовлетворены низшие потребности, высшие остаются для личности сравнительно неинтересными и с повышением уровня потребностей повышается готовность к большой активности. Высший уровень потребностей - самоактуализация - представляет собой "осуществление самого себя", нахождения своего места в жизни и достижения высоких результатов в интересной для себя деятельности. Это есть самовыражение, самореализация личности в жизни.

Мотивы конкретизируют, "опредмечивают" потребности, представляя собой конкретные побуждения к целенаправленной деятельности, способной удовлетворить актуальные потребности. Мотивы деятельности ведут к выработке определенной программы, планов по реализации конкретных действий с целью достижения намеченных целей.

Чтобы определить, почему человек становится активнее, мы анализируем его потребности. Чтобы определить, куда и на что направле-

на эта активность, мы анализируем его направленность. Направленность – ведущая характеристика личности, определяющая ее психологический склад.

Направленность – совокупность устойчивых мотивов, ориентирующих деятельность личности. Направленность определяет особенности каждой личности. Формируется путем воспитания.

В структуру направленности входит понятие интереса. *Интерес* – активная познавательная направленность человека на тот или иной предмет, явление и деятельность, связанная с положительным отношением к ним. Интересы различают по:

а) *содержанию* – оно определяется теми объектами, на которые они направлены (интерес к технике, к музыке и т.д.);

б) *широте*: выделяют интерес *широкий* (человек с разносторонними интересами при наличии одного центрального) и *узкий* (наличие одного-двух интересов при полном равнодушии к остальному);

в) *глубине*: выделяют *глубокий* интерес (потребность основательно изучить объект во всех деталях) и *поверхностный* (наличие поверхностных знаний и отсутствие настоящего интереса);

г) *устойчивости*: выделяют *устойчивый* интерес (интерес, который долго сохраняется и играет важную роль в жизни) и *неустойчивый* (быстро возникает и быстро гаснет);

д) *действенности*: выделяют интерес *действенный* (который побуждает к действиям) и *пассивный* (не побуждает к действиям, например, спорт по телевизору).

Различают также прямые и косвенные интересы. *Прямой* вызывается самим содержанием области знаний. *Косвенный* вызывается не содержанием, а тем значением, которое он имеет по отношению к другому объекту, которым интересуется человек (например, математика для авиамоделирования).

Следующим понятием в структуре направленности можно выделить *убеждения* (это суждения, знания о природе и обществе, в истинности которых человек не сомневается и стремится к тому, чтобы руководствоваться ими в жизни). Если убеждения образуют систему воззрений, упорядоченную и организованную, то они становятся *мировоззрением*.

Важно обозначить в этой структуре и понятие *установки* (это складывающаяся на основе прошлого опыта предрасположенность индивида к определенной форме реагирования, побуждающая его ори-

ентировать свою деятельность в определенном направлении и действовать последовательно по отношению ко всем объектам и ситуациям, с которыми оно связано). Установки бывают *бессознательные* (психологические) и *социальные* (предрасположение индивида и группы определенным образом реагировать на те или иные явления социальной действительности).

Социальная установка проявляется как относительно устойчивая во времени система взглядов об объекте или событии, совокупность связанных с ними эмоциональных состояний, предрасполагающих к определенным действиям. Это сложное психологическое образование включает три компонента:

1) *когнитивный* (от лат. *cognito* - познание) составляет знание об объекте;

2) *эмоциональный* включает систему чувств, связанных с соответствующим объектом или событием;

3) *поведенческий* обозначает предрасположенность к реальным положительным или отрицательным действиям по отношению к объекту.

Диапазон объектов, по отношению к которым может быть сформирована установка практически не ограничен (она может быть к вещам, людям, экономике, политике, идеологии).

Социальные установки могут быть *позитивными* (например, больной, выполняющий все указания врача, придерживается установки, вытекающей из положительного отношения к медицине) и *негативными* (например, расовая дискриминация).

Установка может играть как положительную роль (освобождать человека от необходимости принимать решение и произвольно контролировать протекание деятельности в стандартных ситуациях), так и отрицательную роль (обуславливать инертность в поведении, стереотипность в мышлении)

Следует также включить в структуру направленности понятие ценностей и ценностных ориентаций. **Ценность** – это принятое в философии, этике, эстетике, социальной психологии понятие, с помощью которого характеризуется социальное историческое значение для общества и личностный смысл индивида определенных явлений действительности.

Ценности выделяются:

а) по предмету или содержанию объекта, на который они направлены: *материальные, морально-политические, социально-экономические и духовные* (образование, наука, культура);

б) по объекту отношения: *общечеловеческие* (мир, экология) и *общенациональные* (общественно-политический строй, права, народные традиции).

Различают также *ценности личности* и *ценности общества*. Но все ценности личности – это присвоенные ценности общества. Ценности личности, в свою очередь, могут быть *истинными* и *ложными*.

Ценностные ориентации – это направленность личности на те или иные ценности. Ценностные ориентации личности имеют иерархическую структуру: одни ценности выступают как *ведущие*, другие имеют *второстепенную* роль. Ценностные ориентации играют важную роль: воспринимаемая личностью информация влияет на нее лишь в той степени, в какой она не противоречит ее убеждениям, т.е. идет защита от потока лишней информации (защитная функция), человек удовлетворяет свои потребности теми способами, которые приняты в данном обществе (адаптивная функция), человек определенной направленности ищет соответствующую его взглядам и ценностям информацию (познавательная функция).

2. Самосознание и самооценка личности. Общаясь с людьми, человек выделяет себя из окружающей среды, противопоставляет себя другим. Уже годовалый ребенок начинает отличать ощущения собственного тела от ощущений, вызываемых находящимися вовне предметами. В два-три года ребенок отделяет процесс собственных действий с предметами от действий взрослых с этими предметами и поэтому требует самостоятельности в действиях («Я сам!»). Именно в этот период он начинает противопоставлять себя другим («Это мое»), в его речи появляется личное местоимение. На рубеже детского сада и школы ребенок уже начинает оценивать свои психические познавательные процессы (память, мышление), хотя в этот период такая оценка строится на уровне осознания своих успехов и неудач («У меня все «пятерки»»). В подростковом и юношеском возрасте завершается развитие самосознания.

Сознание и самосознание являются важнейшими характеристиками личности. Сознание включает в себя знания об окружающем мире, переживания различных жизненных событий и собственных поступ-

ков, отношения к другим людям, проявляющиеся в виде мотивов, установок и стереотипов поведения. Самосознание является особой формой осознания человеком самого себя и своей сущности, проявляющегося в виде самовосприятия, самооценки и самоконтроля. Самосознание выделяет личность человека среди других живых существ, так как только ей присуща способность обращать психическую деятельность на самое себя, свой внутренний мир, формировать образ "Я". Самосознание предполагает различение своего внутреннего мира (образ "Я") и того, что окружает личность (образ "НЕ Я"). Самосознание каждого человека развивается от более элементарных форм (самощущения, самовосприятия) к более сложным (самопознание, самооценка, саморефлексия). Самосознание определяет все поведение человека.

В структуру самосознания входят три компонента:

- когнитивный (познавательный);
- оценочный;
- поведенческий.

1. **Когнитивный** или самопознание.

Это знание индивида о самом себе. Эти знания кажутся индивиду убедительными, независимо от того, являются ли они истинными или ложными, строятся на объективном знании или субъективном мнении. Знание индивида о себе складываются в определенный образ «Я».

Образ «Я» - это относительно устойчивая, в большей или меньшей степени осознанная, переживаемая как неповторимая, система представлений индивида о самом себе.

«Я-образ» включает три составляющие, одна из которых может преобладать:

а) *«реальное Я»* - это представление о себе в момент самого переживания,

б) *«идеальное Я»* - это то, каким человек должен был бы стать, по его мнению, чтобы соответствовать социальным нормам (под влиянием литературы, кино),

в) *«фантастическое Я»* - это то, каким человек желал бы стать, если бы это оказалось для него возможным.

2. **Оценочный** или самоотношение.

Это отношение к тому, что человек знает о себе, т.е. оценка тех качеств, которые входят в его представление о себе. Все эти отношения человека к себе складываются в самооценку.

Самооценка – это оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди людей. Это наиболее изученная в психологии сторона самосознания. Самооценка складывается на основе сопоставлений себя и других людей, себя и какого-то эталона (реального и идеального «Я»), на основе мнений, которые человек слышит о себе.

Самооценку различают:

а) по уровню – *завышенную* (или комплекс превосходства, т.е. человек переоценивает себя в ситуациях, которые не дают для этого повода), *заниженную* (или комплекс неполноценности, т.е. человек неуверен в себе и занижает мнение о себе) и *среднюю*.

б) по адекватности – *адекватную* (т.е. человек правильно оценивает свои достоинства и недостатки) и *неадекватную* (человек неверно себя оценивает).

в) по устойчивости – *устойчивую* (не меняется на протяжении длительного времени) и *неустойчивую* (подвержена частым изменениям).

Самооценка связана с уровнем притязаний личности, проявляющимся в степени трудности целей, которые человек ставит перед собой. Очень важно у личности формировать адекватный своим возможностям уровень притязаний, что, в конечном счете, определяет ее самоуважение. Следовательно, формированием самооценки можно управлять. Управление осуществляется через создание специальных ситуаций успеха (при заниженной самооценке) и неуспеха (при завышенной).

3. **Поведенческий** или самореализация.

Человек строит свое поведение, опираясь на знание о себе и отношение к себе, т.е. на самооценку. Например, люди, в зависимости от уровня и адекватности самооценки могут вести себя по-разному. Кроме этого, отношение человека к себе может также проявляться в поведении в зависимости от уровня притязаний. Уровень притязаний, напомним, это степень трудности целей, которые ставит перед собой человек.

Каждый человек стремится повысить свою самооценку. Он может это сделать двумя способами: а) повысить уровень притязаний (выбрать трудные цели) и в случае удачи пережить максимальный успех или б) понизить уровень притязаний (выбрать легкодоступные цели),

чтобы избежать неудачи. В среднем человек устанавливает уровень своих притязаний где-то между очень трудными и очень легкими целями и т.о. стремится сохранить на высоте свою самооценку. Поэтому, зная уровень притязаний, можно понять мотивы поведения человека, а также влиять на его самооценку.

3. Типологии личности. Представляют интерес типологические теории личности. Еще в начале XX века У. Джемс отмечал, что понятие "личность" можно подразделить на составные элементы, которые, в свою очередь, подразделяются на три класса: физическая личность, социальная личность и духовная личность.

Э. Шпрангер в 1922 году предложил следующую типологию личностей:

- 1) *теоретический человек* (у него основная установка - страсть к проблемам, неясным вопросам, их познанию и объяснению);
- 2) *экономический человек* (у этой категории индивидов - главное - мотив полезности, достижений в деятельности);
- 3) *эстетический человек* (для него существенным является собственное миропонимание, красота духа, бережного отношения к природе и т.д.);
- 4) *социальный человек* (для него характерным является социальная направленность деятельности, внешние проявления, стремления к контактам и т.п.);
- 5) *политический человек* (для него главное - власть как основная ценность, стремление свою ориентацию сделать ведущими мотивами других людей и т.д.);
- 6) *религиозный человек* (для этого типа человека - главное переживание высших ценностей души, мистическое единение с богом).

Выдающийся отечественный психофизиолог И.П. Павлов (в зависимости от связи между второй и первой сигнальными системами) выделил три типа личностей:

- а) *тип художественный* (преобладание первой сигнальной системы и творческой эмоциональности);
- б) *тип мыслительный* (преобладание второй сигнальной системы и словесно-абстрактного мышления);
- в) *тип смешанный*, средний - уравновешенное отношение обеих сигнальных систем. (Первая сигнальная система представлена безусловными, врожденными

рефлексами, вторая - условными, приобретенными в процессе жизни, приобретения опыта, воспитания и формирования личности)

В психологии *Е. Кречмер* и *В. Шелдон* высказывали идею об отличиях в психической сфере индивидов в зависимости от их телосложения. Их взгляды образовали так называемую конституциональную теорию поведения личности. В. Шелдон на основе 4000 фотографий (спереди, профиль и сзади) студентов Гарвардского университета и анализа их поведения обосновывал три морфологические системы:

- 1) *этоморфный тип* - высокие и худые люди, которые по его мнению являются робкими, заторможенными, склонными к одиночеству и умственной деятельности индивидами;
- 2) *мезоморфный тип* - сильные мускулистые люди, склонные к высокой динамике в поведении и доминированию над другими людьми;
- 3) *эндоморфный тип* - невысокие люди с признаками тучности, которые склонны к общительности, спокойствию и хорошему настроению.

Гипотезы В. Шелдона тщательно проверялись другими исследователями, которые пришли к следующим выводам:

- а) люди, знающие о стереотипах поведения полных или худощавых, ведут себя в соответствии с ожиданиями окружающих;
- б) в целом общие тенденции, по Шелдону, оказались верны, но не все зависимости так отчетливы, как первоначально предполагалось;
- в) в определенных видах деятельности (например, в спорте) лица, достигшие высоких результатов, имели специфические характеристики телосложения.

К. Юнг в 1923 году высказал предположение о существовании двух главных типов личности: *экстравертированной* личности, склонной к общению, открытой для окружающих и предрасположенной порой к авантюрам и *интровертированной* личности, характеризующейся застенчивостью, скромностью, замкнутостью, стремлением избегать социальных контактов и риска. Его гипотеза была обоснована, а *Г.Ю. Айзенк* разработал специальный тест по измерению интроверсии и экстраверсии в поведении индивида.

Дж. Роттер обосновал идею о существовании *экстернального и интернального локуса контроля* у различных людей. Индивиды с *экстернальным* локусом (местом, способом) контроля, в основном, в своем поведении рассчитывают на удачу, на случай, помощь других лиц и т.д. Люди с *интервальным* локусом контроля рассчитывают только на

свои силы, а промахи, ошибки и неудачи объясняют собственными недостатками в деятельности и поведении.

Многочисленные свойства могут быть обобщены и сведены в целостную структуру личности. Известный отечественный психолог *С.Л. Рубинштейн*, обобщив имеющиеся походы и взгляды на проблему личности, выразил кратко свое понимание ее структуры в трех аспектах:

- что человек хочет (потребности, мотивы, интересы, ценности, идеалы и т.д.);
- что он есть (характер, способности и т.д.);
- что он может (опыт, умения, знания и т.д.).

В психологии хорошо известна динамическая функциональная структура личности, предложенная профессором *К.К. Платоновым*. Структура личности состоит из четырех подструктур:

- 1) направленность, включающая в себя убеждения, мировоззрение, идеалы, склонности, интересы, желания;
- 2) опыт, включающий в себя привычки, умения, навыки, знания;
- 3) психические процессы, в которые входят память, воля, чувства, восприятие, мышление, ощущения, эмоции;
- 4) темперамент, состоящий из основных характеристик темперамента, а также из половых, возрастных и патологически обусловленных свойств.

Характер и способности, по мнению *К.К. Платонова*, не входят в содержание четырех обозначенных подструктур, но зависят от их элементов и ощущают на себе их воздействие.

4. Психологические защиты личности. Как мы отметили выше, самосознание регулирует поведение человека. Одна из форм, с помощью которой самосознание регулирует поведение, – психологическая защита. Обычно психологическая защита вступает в силу, когда интенсивность потребности нарастает, а условия для ее удовлетворения отсутствуют, т.е. когда достижение цели нормальными способами невозможно или человек полагает, что оно невозможно. Психологическая защита состоит в специфических приемах переработки информации, которые отторгают или искажают неблагоприятную информацию, разрушающую привычное представление человека о себе и других, предохраняют человека от стыда, от потери самоуважения, спо-

способствуют разрешению внутренних конфликтов, организации душевного равновесия. Как правило, психологические защиты не осознаются человеком.

Психологическая защита – это особая регулятивная система, которая используется личностью для устранения психологического дискомфорта, переживаний, угрожающих «Я-образу», и сохранения его на уровне, желательном и возможном для данных обстоятельств.

Выделяют следующие психологические защиты:

Отрицание – сводится к тому, что информация, которая тревожит и может привести к внутреннему конфликту не воспринимается, т.е. отрицается ее существование и таким образом искажается действительность. Срабатывает мгновенно при любых конфликтах. Например, курящий человек вроде знает о вероятности заболеть раком, но для себя эту информацию отрицает, делает вид, что этой информации нет.

Вытеснение – сводится к активному выключению из сознания неприятной информации, ее подавлению. В отличие от предыдущей защиты, здесь человек не делает вид, а действительно забывает травмирующую информацию. Ущемленное самолюбие, задетая гордость или обида как правило быстро забываются для того чтобы не было угрызений совести и стыда. Как правило быстрее вытесняется не то плохое, что сделали человеку другие люди, а то, что он причинил себе или другим. Эта защита, как и любая другая, может играть и положительную роль: например, мы чаще мы помним только хорошее и к счастью быстро забываем все плохое. Но вытесненный из сознания мотив может проявляться все же в виде невротических симптомов.

Проекция – это бессознательный перенос собственных чувств, желаний, качеств, в которых человеку стыдно себе признаться, на другое лицо. Например, в какой-то ситуации винить другого. Или человек кого-то обидел и занижает его хорошие качества.

Идентификация – бессознательный перенос на себя чувств и качеств, присущих другому человеку и недоступных, но желательных для себя. Например, фантазии, мода (человек следует образцам и думает, что будет похож на другого человека). В хорошем смысле это, например, стремление ребенка походить на своего отца.

Рационализация – псевдоразумное объяснение человеком своих желаний или поступков, в действительности вызванных причинами, признание которых грозило бы потерей самоуважения. Например, защита типа «кислого винограда» (снижается ценность недоступного,

«не очень-то и хотелось») или типа «сладкого лимона» (преувеличивается ценность имеющегося).

Включение – здесь тоже переоценивается значимость травмирующего фактора, но с помощью новой, более широкой системы ценностей и т.о. значимость травмирующего фактора тоже снижается. Например, «все это ерунда по сравнению с мировой революцией» или можно сравнить свою травму с более тяжелой бедой у другого человека.

Замещение – перенос действия с недоступного на доступный объект. Например, выместить зло на другом человеке или на макете врага или в виде мечты. Замещение снимает напряжение, но не приводит к желаемой цели.

Изоляция (отчуждение) – обособление внутри сознания травмирующего фактора. Человек осознает реальность событий, но не допускает в сознание неприятные эмоции. Например, «А был ли мальчик?».

Иногда психологические защиты действительно необходимы, т.к. позволяют сохранить внутренний комфорт человека. Но если человек постоянно прибегает к их использованию, то он начинает неадекватно оценивать происходящее вокруг и себя в том числе (например, оправдывает или не видит свои недостатки), что вызывает ряд проблем в поведении и общении с другими.

Тема 5. Личность и деятельность

1. Понятие и структура деятельности.
2. Формы освоения деятельности.
3. Основные виды деятельности.

1. Понятие и структура деятельности. Деятельность является необходимым условием формирования личности и в то же время зависит от уровня развития личности, выступающей как субъект этой деятельности.

В общем виде под деятельностью понимается активность живого организма, направленная на удовлетворение потребностей и регулируемая осознанной целью.

Потребность – состояние зависимости личности от условий, необходимых для нормальной жизнедеятельности.

По своему происхождению потребности бывают:

а) естественные (органические) – в них выражается зависимость от условий, необходимых для сохранения и поддержания жизни человека и жизни его потомства (в пище, воде, во сне, в кислороде, в защите от холода и жары и т.д.).

б) культурные – в них выражается зависимость от продуктов человеческой культуры. К ним относятся как предметы, которые служат средством удовлетворения естественной потребности (например, вилка, ложка для удовлетворения потребности в пище), так и предметы, необходимые для трудового и культурного общения с другими людьми (книги, фотографии, модная одежда).

По характеру предмета потребности бывают:

а) материальные – в них выявляется зависимость человека от предметов материальной культуры (пища, одежда, жилище, предметы быта и т.д.);

б) духовные – в них выявляется зависимость человека от продуктов общественного сознания (потребность в общении (делится с другими своими мыслями и чувствами), потребность в познании (читать, смотреть фильмы и спектакли, слушать музыку), потребность в деятельности). Духовные потребности неразрывно связаны с материальными. Так, для удовлетворения духовных потребностей требуются материальные вещи, которые являются предметом материальных потребностей (писчая и нотная бумага, краски, книги, газеты и т.д.).

Нужно отметить, что все виды потребностей связаны между собой. Например, естественная по происхождению потребность может быть вместе с тем материальной по предмету (потребность в пище).

Побудителем к деятельности выступает **мотив**, это могут быть разнообразные потребности, интересы, установки, привычки, эмоциональные состояния. Многообразие деятельности человека порождает и многообразие мотивов. Одна и та же деятельность может побуждаться разными мотивами, один из которых является главным – ведущим, а остальные – второстепенными.

В зависимости от мотивов люди по-разному относятся к своей деятельности. Мотивы не всегда осознаются, но любая деятельность имеет осознаваемую цель. Цель – это то, для чего действует человек. **Цель** – это идеальное представление будущего результата деятельности. Цель представлена в головном мозге каким-то образом, динамической моделью будущего результата деятельности.

Деятельность — это внутренняя (психическая) и внешняя (физическая) активность человека, регулируемая сознаваемой целью. Цель деятельности не равнозначна ее мотиву, хотя иногда мотив и цель совпадают.

Сознательная деятельность человека коренным образом отличается от поведения животных. Эти отличия относятся к следующему: не обязательно связана с биологическими мотивами, не определяется только наглядными впечатлениями, формируется путем усвоения общественного опыта. Именно цель и мотив являются регулятором деятельности и организуют включенные в нее психические процессы (на что обращать внимание, что запоминать и т.д.).

Деятельность имеет сложную структуру. В ней обычно выделяют несколько уровней: *действие, операция, психофизиологические функции*.

Каждый относительно законченный элемент деятельности при достижении цели, направленный на выполнение одной промежуточной текущей задачи, называют **действием**. Т.е. любая деятельность состоит из ряда действий. Результат каждого действия сопоставляется с моделью желаемого будущего (т.е. с целью).

Любое действие имеет 3 компонента: моторный (связан с функцией исполнения), сенсорный (связан с функцией контроля) и центральный (связан с функцией регулирования).

Иногда одна и та же потребность может быть удовлетворена разными действиями.

Действия — это процесс, направленный на реализацию цели. Они характеризуются рядом особенностей: первая особенность состоит в том, что действия в качестве необходимого компонента включают акт сознания в виде постановки и удержания цели. Вторая особенность действия — это одновременно и акт поведения, причем внешние действия неразрывно связаны с сознанием. Третья особенность — через понятие «действие» утверждается принцип активности. Четвертая особенность — действия могут быть внешние, предметные и внутренние умственные.

Предметные действия — это действия, направленные на изменение состояния или свойств предметов внешнего мира. Они складываются из определенных движений. Анализ многообразных предметных действий показывает, что все они в большинстве случаев складываются из трех относительно простых: взять, поднять, переместить, опу-

стить. Кроме того, в психологии принято выделять еще и другие виды движений: *речевые, соматические, выразительные, локомоторные* и т. д.

Во всех случаях необходима координация движений и согласованность их друг с другом.

Умственные действия — разнообразные действия человека, выполняемые во внутреннем плане сознания. Экспериментально установлено, что в умственное действие обязательно включены моторные двигательные компоненты.

Умственная деятельность человека часто делится на:

— *перцептивную*, посредством которой формируется целостный образ восприятия предметов или явлений;

— *мнемическую*, которая входит в состав деятельности запоминания, удерживания и припоминания какого-либо материала;

— *мыслительную*, при помощи которой происходит решение мыслительных задач;

— *имажитивную* (от *image* — образ), т. е. деятельность воображения в процессе творчества.

Всякая деятельность включает в себя и внутренний и внешний компоненты.

По своему происхождению внутренняя (умственная, психическая) деятельность производна от внешней (предметной). Первоначально совершаются предметные действия и лишь потом, по мере накопления опыта, человек приобретает способность совершать те же действия в уме, направленные в конечном счете вовне, на преобразование предметной действительности, подвергаются сами обратному преобразованию (экстериоризация).

Неразрывная связь внешних и внутренних действий расширяет познавательные возможности человека, человек приобретает способность оперировать образами предметов, которые в данный момент отсутствуют в его поле зрения.

Следующий уровень структуры деятельности — *операции*, каждое действие состоит из системы движений или операций, подчиненных определенной цели. Операции характеризуют частичную сторону выполнения действий, они мало осознаются или совсем не осознаются. Операции могут возникать в результате адаптации, непосредственного подражания или путем автоматизации действий.

На уровне психофизиологических функций обеспечивается физиологическое обеспечение процесса деятельности. Механизм планирования, контроля и регулирования действий исследовали отечественные и зарубежные физиологи и психологи — П.К. Анохин, П.А. Бернштейн, Э.А. Афатын У. Эшби и др. В их исследованиях показано, что цель всякого действия представлена в сознании в виде психологического образа — своеобразной нейропсихологической модели. Обратная связь обеспечивает корректировку действий в процессе его выполнения (акцептор действия, по П.К. Анохину).

П.А. Бернштейном был предложен совершенно новый принцип управления движениями; он назвал его *принципом сенсорной коррекции*, имея в виду коррекции, вносимые в импульсы на основе сенсорной информации о ходе движения. В связи с чем выделяют различные структурные элементы деятельности — умения, навыки, привычки.

Итак, деятельность — это форма активного отношения к действительности, через которую устанавливается связь между человеком и окружающим миром. Через деятельность человек воздействует на природу, вещи, других людей. В структуре деятельности можно выделить основные компоненты: потребности и мотивы, цель деятельности, действия и операции. Схема процесса деятельности во внешнем плане выглядит так: деятельность — действие — операция — движение. Во внутреннем плане это выглядит так: потребность — мотив — цель — задача. Но нет деятельности чисто внешней или чисто внутренней. Любое внешнее действие контролируется внутренними процессами, а любой внутренний процесс так или иначе проявляется вовне. Поэтому задачей психологии является: изучить внешнюю сторону деятельности, чтобы понять внутреннюю сторону (роль психики).

2. Формы освоения деятельности. Основные формы освоения деятельности — знания, умения и навыки. Первое и необходимое условие освоения любой деятельности — это овладение соответствующими знаниями.

Знания — это процесс отражения признаков, свойств, предметов и явлений окружающего мира.

Накопление знаний — это процесс формирования понятий. Знания человека о мире возникает первоначально в виде образов ощущений и восприятия. Переработка этих чувственных знаний приводит к образо-

ванию представлений памяти. А на основе этих представлений формируются понятия.

Знания связаны с действиями, т.к. любое знание – это результат перевода во внутренний план внешнего практического действия. Всякое знание начинается с действия (или внешнего или внутреннего). Но знание имеет значение постольку, поскольку оно может быть использовано на практике. Поэтому следующей формой освоения деятельности являются умения.

Умение – это закрепленный в практической деятельности способ применения знаний. По способу выполнения умения бывают *практические* и *умственные*. По степени сложности выделяют: *элементарные практические умения* (человек знает, но пока делает с ошибками) и *умение-мастерство* (уже отработаны способы выполнения определенных действий). Особую группу составляют *учебные умения*, состоящие из учебных действий. Выделяют два вида учебных умений: *общелогические* (умения, которые могут быть использованы при усвоении самых разных дисциплин) и *специфические* (умения, связанные с усвоением конкретных дисциплин). Также учебные умения бывают простыми (написать букву) и сложными (решить задачу).

Сложные умения и умение-мастерство могут перейти в следующую форму освоения деятельности и стать навыком. **Навык** – это частичная автоматизация приемов исполнения действия.

Как мы отмечали выше, чтобы выполнить действие, необходимо овладеть приемами его исполнения (т.е. компонентами действия): моторным компонентом действия (двигательное исполнение), сенсорным компонентом (выполнение действия контролируется органами чувств), центральным компонентом (приемы сознательного регулирования действия, т.е. предвидеть результат и промежуточные действия). Каждый из этих компонентов может автоматизироваться, т.е. отдельные компоненты сознательного действия выключаются из сознания и становятся автоматическими. В зависимости от того, какие из трех компонентов действия автоматизируются, выделяют следующие виды навыков:

- моторный навык (автоматизировался прием двигательного исполнения). Например, печать вслепую;
- сенсорный навык (автоматизировался контроль за органами чувств). Например, дегустатор (определение качества продукта на

вкус), настройка музыкальных инструментов (определение качества звука на слух), парфюмер;

— сенсомоторный навык. Например, навык письма;

— интеллектуальный навык. Например, писать сочинения, решать задачи.

В основе навыка лежат выработка и упрочнение условнорефлекторных связей. В результате постоянного повторения действий происходит проторение нервного пути, его закрепление. Это приводит к точной локализации процессов возбуждения в определенных нервных структурах. Таким образом, подавляются одни очаги и активизируются другие.

Говоря о навыке, мы все равно говорим только о частичной автоматизации приемов исполнения действия. Т.к. о «чистом» навыке можно говорить, лишь характеризуя животных. У человека же любая деятельность, кроме патологических случаев, в конечном счете, все же управляется сознанием. Навык у человека – это сознательно автоматизированное действие. Отличия навыков животных от навыков человека: речь, предвидение результатов.

Навык формируется в процессе упражнения. **Упражнение** – это многократное выполнение действий, в результате которого происходит отбор целесообразных движений и отсеивание лишних. Но, нужно отметить, что не всякое повторное выполнение действий можно назвать упражнением. Например, люди, имеющие плохой почерк, не изменяют его, даже если будут писать очень много. Упражнение отличается от повторения следующими признаками:

1) Человек должен постоянно удерживать в своем сознании эталон-образец.

2) Человек должен знать результат каждого упражнения и оценивать его недостатки и достоинства.

Одни и те же навыки у одних людей вырабатываются быстрее, чем у других. Выработка навыка зависит от метода обучения, условий обучения, отношения человека к работе, педагога и т.д. При длительном отсутствии упражнений навык начинает разрушаться. Чем сложнее навык, тем чувствительнее сказывается на нем перерыв. В результате «неупражнения» может возникнуть деавтоматизация навыка (т.е. вновь для совершения действия будет нужен сознательный контроль). Поэтому, люди, успех деятельности которых сильно зависит от степе-

ни автоматизации навыка (летчики, акробаты), вынуждены постоянно поддерживать свою профессиональную форму и упражняться.

Помимо навыка выделяют также еще одну разновидность автоматизированных действий – *привычки*. В отличие от навыка, привычка – это не просто умение совершать автоматизированно какие-то действия, привычка – это потребность совершать какое-то автоматизированное действие. Привычки возникают в определенное время и в определенных условиях (мыть руки). Невозможность проявить привычку вызывает отрицательные эмоции. Как и навыки, привычки бывают полезными и вредными.

3. Основные виды деятельности. В деятельности выражается личность человека и одновременно деятельность формирует его личность. В жизни человека присутствуют различные виды деятельности. Но на каждом возрастном этапе существует вид деятельности, который оказывает наибольшее влияние на развитие психики. Такой вид деятельности называют **ведущим видом деятельности** (см. тему «Возрастная психология»). Для дошкольника ведущей является игровая деятельность, для младшего школьника - учебная, для подростка и юноши - интимно-личностное общение и т.д.

Деятельность - это специфически человеческая, предметно направленная активность личности. Выделяют три основных вида деятельности: игра, учение, труд. На каждом возрастном этапе ведущим будет один из этих три видов, хотя присутствуют все три. Они различаются по конечным результатам, по организации, по мотивации.

Игра в жизни детей постепенно переходит в занятия, учение и, наконец, в труд. В труде по сравнению с игрой и учением изменяется цель. Если в игре действуют ради самой деятельности, а целью учения является научение чему-либо, но целью труда является выполнение работы, приносящей практический результат: приспособление объекта для удовлетворения человеческих потребностей.

Труд - это деятельность, направленная на преобразование материальных и нематериальных объектов и приспособление их для удовлетворения потребностей человека. Труд, игровая деятельность тесно связаны с учением. Резкой границы между ними провести невозможно.

Игра – ведущий вид деятельности в дошкольном детстве. На первый взгляд кажется весьма бесполезной деятельностью. На самом же деле игра – это очень серьезная проблема в рамках психологии. Игра – это не только реализация ребенком его активности (как это происхо-

дит у животных), но и способ познания окружающего мира, способ усвоения употребления вещей и человеческих форм практического поведения, отражение отношений взрослых, в игре впервые формируется и проявляется потребность ребенка воздействовать на мир, в играх отлично развивается воображение (т.к. создаются воображаемые ситуации, одни предметы могут замещаться другими), мышление, воля и вообще личность ребенка. Виды игр: *функциональные* (игры-манипуляции с предметами), *сюжетные* (рядом, но не вместе), *сюжетно-ролевые* (роли, правила, выигрыш), *дидактические*, *подвижные*.

Учение – ведущий вид деятельности школьников. Учение – это процесс усвоения социального опыта, процесс усвоения знаний, умений, навыков. Основная цель учения: подготовка к будущей самостоятельной трудовой деятельности. Виды учения: *стихийное* (ребенок учится говорить), *попутное* (ребенок читает интересную книгу, которая оказалась и полезной), *целенаправленное* (стоит цель научиться чему-либо). Организуют же деятельность и поведение школьников взрослые. Этот процесс направления деятельности и поведения ребенка на освоение им общественного опыта человечества называется *обучением*. Взятый с точки зрения его влияния на развитие личности ребенка, этот процесс называют *воспитанием*.

Труд – ведущий вид деятельности взрослых. Труд – это деятельность, направленная на производство определенных общественно-полезных (потребляемых обществом) продуктов – материальных и идеальных (продукты, одежда, мебель, энергия и т.д. и наука, искусство и т.д.). В процессе труда не только рождается тот или иной продукт, но и сам человек формируется в труде (способности, характер, воля).

Тема 6. Общение

1. Понятие и функции общения.
2. Структура общения.
3. Стили, стратегии и виды общения.

1. Понятие и функции общения.

Общение – одна из универсальных форм активности личности

(наряду с познанием, трудом, игрой), проявляющаяся в установлении и развитии контактов между людьми, в формировании межличностных отношений и порождаемая потребностью в совместной деятельности.

Общение - взаимосвязь между людьми, в ходе которой возникает психический контакт, проявляющийся в обмене информацией, взаимопонимании, взаимовлиянии, взаимовнимании.

Общение – это одна из первичных потребностей человека.

1. Без общения невозможна совместная деятельность.
2. Через общение человек удовлетворяет важную потребность – потребность в познании (получение новой информации).
3. Общение возникает из-за потребности в эмоциональном благополучии (поддержке, безопасности и т.д.)
4. Благодаря общению удовлетворяется потребность в эстетическом наслаждении, красоте (опосредованно, т.е через картины, музыку и пр.).

В процедуре общения выделяют следующие этапы:

1. Потребность в общении (необходимо сообщить или узнать информацию, повлиять на собеседника и т. п.) - побуждает человека вступить в контакт с другими людьми.
2. Ориентировка в целях общения, в ситуации общения.
3. Ориентировка в личности собеседника.
4. Планирование содержания своего сообщения - человек представляет себе (обычно бессознательно), что именно скажет
5. Бессознательный (или сознательный) выбор человеком конкретных средств, фраз, которыми будет пользоваться, решение как говорить, как себя вести.
6. Восприятие и оценка ответной реакции собеседника, контроль эффективности общения на основе установления обратной связи.
7. Корректировка направления, стиля, методов общения.

Если какое-либо из звеньев акта общения нарушено, то не удастся добиться ожидаемых результатов общения - оно оказывается неэффективным.

Коммуникация - процесс двустороннего обмена информацией, ведущей к взаимному пониманию. «Коммуникация» в переводе с латыни означает «общее, разделяемое со всеми». Если не достигается взаимопонимания, то коммуникация не состоялась. Чтобы убедиться в успехе

коммуникации, необходимо иметь обратную связь о том, как люди вас поняли, как они воспринимают вас, как относятся к проблеме.

Коммуникативная компетентность—способность устанавливать необходимые контакты с другими людьми. Для эффективной коммуникации характерно: достижение взаимопонимания партнеров, лучшее понимание ситуации и предмета общения (достижение большей определенности в понимании ситуации способствует разрешению проблем, обеспечивает достижение целей с оптимальным расходованием ресурсов).

Коммуникативная компетентность рассматривается как система внутренних ресурсов, необходимых для построения эффективной коммуникации в определенном круге ситуаций межличностного взаимодействия.

Причинами плохой коммуникации могут быть:

- а) стереотипы - упрощенные мнения относительно отдельных лиц или ситуаций, в результате нет объективного анализа и понимания людей, ситуаций, проблем;
- б) «предвзятые представления» - склонность отвергать все, что противоречит собственным взглядам, что ново, необычно («Мы верим тому, чему хотим верить»). Мы редко осознаем, что толкование событий другим человеком столь же законно, как и наше собственное;
- в) плохие отношения между людьми, поскольку если отношение человека враждебное, то его трудно убедить в справедливости вашего взгляда;
- г) отсутствие внимания и интереса собеседника, а интерес возникает, когда человек осознает значение информации для себя (с помощью этой информации можно получить желаемое или предупредить нежелательное развитие событий);
- д) пренебрежение фактами, т. е. привычка делать выводы-заключения при отсутствии достаточного числа фактов;
- е) ошибки в построении высказываний: неправильный выбор слов, сложность сообщения, слабая убедительность, нелогичность и т. п.;
- ж) неверный выбор стратегии и тактики общения.

Функции общения:

- аффективная - эмоциональное благополучие;
- информационная – познание и самопознание;

- регулятивная - регулирование совместной деятельности людей;
- общение как средство центральной общности между людьми, основное условие становления личности.

2. Структура общения. В общении выделяют:

- *содержание* (это информация – вербальная и невербальная, - которая передается при общении),
- *цель* (то, ради чего человек прибегает к общению),
- *средства* (способы кодирования, передачи, переработки, расшифровки информации при общении).

В зависимости от содержания выделяют следующие виды общения:

- обмен предметами и продуктами деятельности,
- обмен знаниями,
- обмен психическими или физиологическими состояниями (радость, грусть),
- обмен интересами, потребностями,
- обмен действиями, операциями, умениями, навыками.

В зависимости от целей выделяют следующие виды общения:

- биологическое (связано с удовлетворением основных органических потребностей, необходимых для поддержания организма),
- социальное (здесь цель – расширить и укрепить контакты между людьми).

В зависимости от средств, используемых в ходе общения, выделяют следующие виды общения:

- 1) Непосредственное (с помощью естественных органов: руки, голова, голосовые связки, туловище). Непосредственное общение может быть: *межиндивидуальным* (два человека), *камерным* (один обращается к небольшой группе) и *массовым* (один - к большому числу малознакомых или незнакомых людей).
- 2) Опосредствованное (связано с использованием специальных средств: природных (камень, палка) или технических (печать, радио)).

Общение также зависит от особенностей деятельности, в процессе которой люди вступают между собой в контакт. В данном случае речь

идет о таком понятии как *профессиональное общение*. Один из его видов – **педагогическое общение** (это система способов взаимодействия педагога и учащихся, содержанием которой является обмен информацией, оказание учебно-воспитательного воздействия и организация взаимопонимания).

Выделяют позитивные и негативные стили педагогического общения.

К *позитивным стилям* относятся:

- устойчиво-положительный (стабильное положительное отношение к ученикам, забота и помощь, деловая реакция на недостатки, любят профессию и детей),
- пассивно-положительный (добросовестно выполняют работу, но свойственна сухость в обращении, только требовательность и отсутствие неофициального общения),
- неустойчивый (в общем у них эмоционально-положительная установка к учащимся, но отношения зависят от сложившейся в данный момент ситуации, от настроения).

К *негативным стилям* относятся:

- ситуативно-отрицательный,
- устойчиво-отрицательный.

В структуре общения принято выделять три стороны: коммуникативную (обмен информацией), интерактивную (взаимодействие) и перцептивную (восприятие друг друга в процессе общения).

1. Общение как обмен информацией.

В первую очередь, общение – это передача информации, которая может быть вербальной и невербальной. Основным средством вербального общения, обмена информацией является язык, речь человека. **Язык** – это средство существования, усвоения и передачи общественно-исторического опыта. Язык представляет собой систему словесных знаков. Язык начал развиваться еще на заре доклассового общества. Для передачи друг другу значимой информации люди стали пользоваться членораздельными звуками, за которыми закреплялись определенные значения. Пользоваться этими звуками было удобно, особенно когда руки были заняты предметами труда, на значительном расстоянии между общающимися, в темноте, тумане и т.д. Язык человека отличается от языка животных. Животные в своем языке лишь выража-

ют эмоциональные состояния, но не обозначают звуками определенные предметы, как это делает человек.

Речь – это процесс общения с помощью языка (вербальная коммуникация). Речь – это особая и наиболее совершенная форма общения, свойственная только человеку. Речь позволяет человеку рассуждать о вещах и в их отсутствие, анализировать связи и отношения, которые стоят за предметами внешнего мира, позволяет выражать свои мысли и воздействовать на других людей.

Виды речи:

а) **Внешняя речь: устная** (диалогическая и монологическая) и **письменная** (это речь с использованием письменных знаков, например, книги, газеты, письма и т.д.).

Письменная речь в истории человечества появилась много позднее устной (как и в жизни каждого человека). Она возникла как результат потребности между людьми, разделенными пространством и временем, и развилась от пиктографии (когда мысль передавалась условными схематическими рисунками) до современного письма. Благодаря письму оказалось возможным наилучшим образом передавать от поколения к поколению опыт, накопленный людьми, т.к. при передаче его с помощью устной речи он мог подвергаться искажениям и даже исчезать полностью.

Механизм внешней речи:

Речь своей физиологической основой имеет деятельность слухового и двигательного анализаторов. В коре головного мозга замыкаются временные связи между различными раздражителями со стороны внешнего мира и движениями голосовых связок, гортани, языка и других органов, регулирующих произнесение слов. Важную роль в функционировании речи играет вторая сигнальная система. Выделяют следующие этапы речевого общения:

1. Программирование речи (построение смыслового костяка того, что человек хочет сказать).
2. Построение синтаксической структуры предложения (прогнозируется конструкция фразы, грамматическая форма, подбираются нужные слова и звуки).
3. Реальное звучание речи (коммуникатор кодирует информацию, подлежащую передаче, а собеседник декодирует полученную информацию, т.е. переводит звуки слышимой речи в значения слов).

Иногда имеют место различные расстройства речи. Афазия – человек понимает речь, но не может построить фразу. Дизартрия – человек правильно подбирает слова, но нарушается членораздельность речи. Иногда человек может высказываться, но утрачивает возможность воспринимать речь.

б) Внутренняя речь (это речь, реализующая процесс мышления в стадии действия во внутреннем плане). Эта речь сопровождается лишь микродвижениями речевого аппарата. Характеризуется свернутостью и фрагментарностью.

Помимо вербальных (речевых) средств общения важно выделить также и невербальные (неречевые) средства. К ним относятся: оптико-кинетическая система знаков (жесты, мимика, пантомимика), паралингвистическая система (система вокализации – тембр голоса, диапазон, тональность), экстралингвистическая система (паузы, смех, слезы, покашливание, темп речи), проксемика (пространственная и временная организация общения), визуальное общение («контакт глаз»). Также информацию дает внешний облик и т.д. (см. тетрадь для практических занятий). У каждой нации свои вербальные средства общения (свой язык). Хотя иногда, общаясь на одном языке, люди все равно не понимают друг друга. Существуют *четыре уровня непонимания*:

1. Фонетический.
2. Семантический.
3. Стилистический.
4. Логический.

2. Общение как взаимодействие.

Вступая в общение люди не только обмениваются информацией, но и взаимодействуют, воздействуют на другого человека (осознанно или неосознанно). Партнер по общению, вступая в контакт, выражает согласие или оказывает сопротивление такому воздействию, т.е. взаимодействует.

Интерактивная сторона общения предполагает восприятие общающимися друг друга. Очень важно, воспримем ли мы партнера по общению, как человека доброго, понимающего и заслуживающего доверия, либо мы с первых моментов общения отнесемся к нему отрицательно.

В зависимости от личностных свойств собеседника (темперамента, свойств характера) выделяют следующие типы собеседников:

Доминантный тип: напористый, жесткий, легко перебивает, но умеет взять на себя ответственность, в любой момент может повысить голос, не дает перебивать себя, если объясняет – то «втолковывает», если выслушивает – задает уточняющие вопросы; если между вами разлад – он язвителен, насмешлив, резок, груб; ему нелегко признать свою несправедливость.

Недоминантный тип: уступчивый, терпеливо сносит, когда его перебивают; возможно он знает больше собеседника, но из-за нерешительности может быть сбит с толку; ссора тяготит и пугает его; но если он в ярости, то может бросаться в атаку, правда потом жалеть об этом; если решается возражать, то мирно и спокойно, но если это неприятно партнеру, то заберет свои слова обратно; его нужно чаще подбадривать.

Мобильный тип: торопливый, пропускает слова, не заканчивает фразы, стиль высказывания – неряшливый, торопит вас с ответом; если вы отвечаете многословно, то не может скрыть скуки; продолжительная беседа на одну тему тяготит его; если с ним обсуждают какую-либо проблему, то у него много версий, которые он тут же отвергает; в беседе с ним необходимо подстраиваться к его темпу и постепенно замедлять скорость реплик.

Ригидный тип: слушает внимательно, говорит вдумчиво, иногда тягуче и скучно, мысль излагает подробно, в деталях, фразы строит понятно и точно; испытывает сложности при общении с мобильным собеседником.

Изучение позиций в процессе общения осуществляется в концепции транзактного анализа Эрика Берна (эти позиции описаны в его книге «Игры, в которые играют люди и люди, которые играют в игры»). Взаимодействие в процессе общения зависит от того, какую позицию человек занимает по отношению к партнеру (свысока, на равных, как подчиненный).

Согласно данной концепции, внутри каждого человека живет три формы выражения «Я». Свое «Я» человек может выражать как:

- а) часть зависимая, доверчивая, обидчивая (позиция «ребенка»),
- б) часть независимая, доминирующая, берущая ответственность на себя (позиция «родителя»),

в) часть, умеющая считаться с ситуацией, понимать интересы других, распределять ответственность между собой и другими (позиция «взрослого»).

Человек в зависимости от ситуации может занимать различные позиции. Правильный выбор позиции, общение на равных – условие конструктивного общения.

3) Общение как восприятие и понимание людьми друг друга.

Общение включает не только передачу информации и оказание воздействия на собеседника, но и восприятие, понимание собеседника. Общение становится возможным, если люди, вступающие во взаимодействие, могут дать отчет в том, что представляет собой партнер по общению. Первоначально воспринимается лишь внешний облик других людей, их поведение, поступки и приходится проделывать определенную работу для того, чтобы, опираясь на эти данные, понять, что представляет собой собеседник. На формирование представлений о другом человеке, о его внутреннем мире влияют следующие механизмы межличностного восприятия:

1. **Идентификация** (от позднелат. *identifico* – отождествлять) - это способ понимания другого человека через уподобление его самому себе, т.е. люди строят предположение о мыслях другого человека, представляя себя в таких ситуациях.
2. **Рефлексия** (от позднелат. *reflexio* – обращение назад, отражение) осмысление своих действий и состояний, осознание индивидом того, как он воспринимается собеседником; условие постоянной коррекции собственного поведения.
3. **Эмпатия** (от греч. *empathia* – сопереживание) - способ эмоционального отклика на переживания другого человека, проникновение в чувства другого (я чувствую, понимаю, на своё поведение могу строить по-своему); эмпатия развивается с детства.
4. **Стереотипизация** – это классификация форм поведения и интерпретация (иногда без каких-либо существенных оснований) их причин путем отнесения к уже известным или кажущимся известным явлениям, т.е. социальным стереотипам. Стереотип – это сформировавшийся образ человека, которым пользуются как штампом (разновидность социальной установки).

Объяснение причин поступков другого человека путем приписывания ему чувств, намерений, мыслей и мотивов поведения на основе

стереотипа носит название *каузальной атрибуции* (от лат. causa – причина, attributio – придаю, наделяю).

Например, существует несколько механизмов такого приписывания по внешним признакам:

— *аналитический*: каждый из элементов внешности связывается с конкретным психологическим свойством личности.

— *эмоциональный*: качества личности приписываются в зависимости от эстетической привлекательности внешности.

— *социально-ассоциативный*: человеку приписываются качества того социального типа, к которому он отнесен на основе восприятия внешности.

— *перцептивно-ассоциативный*: человеку приписываются качества другого человека, внешне на него похожего.

Предвзятое отношение к другому человеку может проявляться в следующих эффектах.

1. **Эффект ореола**: общее благоприятное впечатление, оставляемое человеком, или предварительная положительная информация о нем, приводит к положительным оценкам и тех качеств, которые не даны непосредственно в восприятии.

2. **Эффект первичности**: на мнение о незнакомом человеке наибольшее влияние оказывает информация, услышанная первой. Потом изменить мнение сложно, т.н. «первое впечатление».

3. **Эффект новизны**: новая (чаще негативная) информация о давно знакомом человеке способна необъективно изменить мнение о нем.

3. Стили, стратегии и виды общения. Стиль общения - образ действий, который соответствует одному из видов ситуаций общения (межгрупповая, межличностная, целевая).

Выделяют следующие стили общения:

— **Ритуальный** (порождается межгрупповой ситуацией).

— **Манипулятивный** (вызывается целевой ситуацией).

— **Гуманистический** (в межличностных ситуациях).

Часто ошибки во взаимоотношениях возникают из-за неправильного выбора стиля общения.

Ритуальный - главная задача данного стиля общения - поддержание связи с обществом, подкрепление представлений о себе, как члене той или иной социальной группы. При таком общении заранее уста-

навливается «маска» и роль со знаниями правил игры. Основная цель - подкрепление связей с данной группой. *Манипулятивный* - стиль общения, при котором к партнёру сформировано отношение, как к средству достижения личных целей, получения выгоды. Основной механизм восприятия - стереотипизация.

Гуманистический - в большей степени личностное общение. Предполагает искреннее взаимодействие, интерес к собеседнику, эмоциональный контакт.

Стратегии общения:

- 1) открытое - закрытое общение;
- 2) монологическое - диалогическое;
- 3) ролевое (исходя из социальной роли) - личностное (общение «по душам»).

Открытое общение - желание и умение выразить полно свою точку зрения и готовность учесть позиции других. Закрытое общение - нежелание либо неумение выразить понятно свою точку зрения, свое отношение, имеющуюся информацию. Использование закрытых коммуникаций оправдано в случаях: 1) если есть значительная разница в степени предметной компетентности и бессмысленно тратить время и силы на поднятие компетентности «низкой стороны»; 2) в конфликтных ситуациях открытие своих чувств, планов противнику нецелесообразно.

Открытые коммуникации эффективны, если есть сопоставимость, но не тождественность предметных позиций (обмен мнениями, замыслами). «Одностороннее выпрашивание» - полузакрытая коммуникация, в которой человек пытается выяснить позиции другого человека и в то же время не раскрывает своей позиции. «Истерическое предъявление проблемы» - человек открыто выражает свои чувства, проблемы, обстоятельства, не интересуясь тем, желает ли другой человек «войти в чужие обстоятельства», слушать «излияния».

Можно выделить следующие виды общения:

1. «Контакт масок» - формальное общение, когда отсутствует стремление понять и учитывать особенности личности собеседника, используются привычные маски (вежливости, строгости, безразличия, скромности, участливости и т. п.) - набор жестов, стандартных фраз, мимика лица, позволяющих скрыть истинные эмоции, отношение к собеседнику. В местах скопления людей (на улице, в транспорте и т.д.) контакт масок даже необходим в некоторых ситуациях, чтобы люди «не заде-

вали» друг друга без надобности, чтобы «отгородиться» от собеседника.

2. Прimitивное общение, когда оценивают другого человека как нужный или мешающий объект: если нужен - то активно вступают в контакт, если мешает оттолкнуть или последуют агрессивные грубые реплики. Если получили от собеседника желаемое, то теряют интерес к нему и не скрывают этого.

3. Формально-ролевое общение, когда регламентированы и содержание и средства общения и вместо знания личности собеседника обходятся знанием его социальной роли.

4. Деловое общение, когда учитывают особенности личности, характера, возраста, настроения собеседника, но интересы дела более значимы, чем возможные личностные расхождения.

5. Духовное. Межличностное общение друзей, когда можно затронуть любую тему и не обязательно прибегать к помощи слов - друг поймет вас и по выражению лица, движениям, интонации. Такое общение возможно тогда, когда каждый участник имеет образ собеседника, знает его личность, интересы, убеждения, отношение, может предвидеть его реакции.

6. Манипулятивное общение направлено на извлечение выгоды от собеседника с использованием разных приемов (лесть, запугивание, «пускание пыли в глаза», обман, демонстрация доброты) в зависимости от особенностей личности собеседника.

7. Светское общение. Суть светского общения в его беспредметности, т. е. люди говорят не то, что думают, а то, что положено говорить в подобных случаях; это общение закрытое, потому что точки зрения людей по тому или иному вопросу не имеют никакого значения и не определяют характера коммуникаций.

Кодекс светского общения: 1) вежливость, такт: «соблюдай интересы другого»; 2) одобрение, согласие: «не порицай другого», «избегай возражений»; 3) симпатия: «будь доброжелателен, приветлив».

Кодекс делового общения иной: 1) принцип кооперативности: «твой вклад должен быть таким, какого требует совместно принятое направление разговора»; 2) принцип достаточности информации — «говори не больше и не меньше, чем требуется в данный момент»; 3) принцип качества информации — «не ври»; 4) принцип целесообразности — «не отклоняйся от темы, сумей найти решение»; 5) «выражай мысль ясно и убедительно для собеседника»; 6) «умей слушать и по-

нять нужную мысль»: 7) «умей учесть индивидуальные особенности собеседника ради интересов дела».

Тема 7. Межличностные отношения в группах и коллективах

1. Понятие и виды групп.
2. Динамические процессы в малых группах.

1. Понятие и виды групп. Понятие «группа» впервые появилось в Европе в конце 17в. В то время французскими художниками был завезен на родину из Италии технический термин из сферы изящных искусств «ггорро» или «ггурро», обозначающий несколько симметрично скомпонованных фигур, составляющих сюжет живописного, графического или скульптурного произведения. В настоящее время этот “технический” налет полностью отброшен и понятие “группа” утвердилось в таком виде.

Группа – это определенное число лиц, включенных в типичные для них виды деятельности и связанных с системой отношений, регулируемых некоторыми общими ценностями и нормами. Человек в процессе жизни постоянно общается, и исторические условия жизни привели к тому, что это общение происходит в различных группах. Человек как личность формируется именно в процессе взаимодействия в группе.

В социальной психологии можно выделить следующие классификации групп:

- **условные и реальные;**
- **постоянные и временные;**
- **большие и малые.**

Условные группы: люди в них не имеют прямых либо косвенных взаимоотношений друг с другом, но которые выделены в данную группу на основе какого-то признака и имеют поэтому общие социальные или психологические характеристики.

- **условные статистические группы:** половые, возрастные, национальные (мужчины, женщины, школьники, студенты).

— **условные исследовательские группы:** создаются в исследовательских целях (лабораторные, группы неуспевающих студентов).

Реальные группы: сложноорганизованные группы, вовлеченные в ту или иную деятельность.

Большая группа – социальная группа, включающая значительное число лиц, как правило расположенных на большой территории, не обязательно знающих друг друга и не обязательно находящихся друг с другом в деловых и личных контактах. Регулятором поведения людей в больших группах являются общественные отношения, создающие определенные традиции, нравы, обычаи, а также интересы, ценности и потребности.

— **большие организованные группы:** государства, нации, этнические общности, партии, общественные движения, профессиональные объединения, коллективы больших предприятий.

— **большие неорганизованные группы:** аудитории средств массовой коммуникации (демонстрации, митинги, болельщики).

Малая группа – немногочисленная по составу общность людей, члены которой объединены единой деятельностью и находятся друг с другом в непосредственном личном общении. Минимальная граница – два человека. Эффективность деятельности группы зависит от понимания людьми целей группы, наличия общих интересов, ценностей, норм.

Различают следующие виды малых групп:

а) **по месту в обществе:**

— **профессионально-трудовые** (производственная бригада, студенческая группа, коллектив учителей),

— **общественно-политические** (первичные молодежные организации, профсоюзные организации),

— **территориально-бытовые** (семья, комната студенческого общежития, соседи),

— **любительские** (рыбаки, охотники, пенсионеры);

б) **по характеру структуры:**

— **формальные** (официальные) – это группы, в которых четко, официально заданы все позиции членов группы; создаются они на основе устава, приказа; в группе преобладают деловые отношения; организовывать деятельность официально назначен руководитель,

— *неформальные* (неофициальные) – группа возникает стихийно на основе какой-то единой психологической мотивации (интересы, потребности, склонности), симпатий; преобладают личные взаимоотношения; структура складывается стихийно; организует деятельность человек, обладающий определенными качествами – лидер.

В официальной группе тоже могут быть неформальные группировки и, как правило, кроме руководителя есть лидер.

в) по характеру отношения личности к нормам и ценностям группы:

— *группы членства* (человек входит в нее реально),

— *референтные группы* (группа, нормы и ценности которой совпадают с нормами и ценностями личности, человек может не принадлежать к ней реально, но стремится в нее попасть; референтная для каждой личности группа определяется с помощью референтометрии);

г) по степени близости отношений между членами группы:

— *первичные* (семья, близкие друзья),

— *вторичные* (учебные, производственные контакты);

д) в зависимости от тех прав, которые предоставляются участникам группы:

— *паритетные* (все члены группы имеют равные права),

— *непаритетные* (существует определенная иерархия прав и обязанностей);

е) по характеру целей совместной деятельности:

— *диффузная* (конгломерат) – случайное скопление людей (на улице, экскурсия),

— *кооперация* – группа, объединенная общей целью совместной деятельности, не выходящей за рамки этой группы, не совпадающей с целями общества, т.е. работающей для себя (например, частные предприятия),

— *корпорация* – характеризуется наличием жесткой дисциплины, четкой организации, единой общей цели, не совпадающей с целями общества и вступающей в противоречия с уголовным кодексом,

— *коллектив* – группа с социально-значимыми целями, где межличностные взаимодействия опосредствованы общественно-ценным и личностно-значимым содержанием; это высшая стадия развития организованной общности людей.

Например, А.В.Петровский выделил три критерия оценки группы как коллектива:

1. Выполнение коллективом основной общественной функции (успешность участия в общественном разделении труда).
2. Соответствие группы социальным нормам.
3. Способность группы обеспечить каждому ее члену возможности для полноценного гармонического развития.

Группа не сразу становится коллективом, а проходит определенные стадии. Не всякая группа превращается в коллектив. Любая новая группа на первой стадии развития является конгломератом, а далее ее развитие либо идет к полюсу «коллектив», либо «антиколлектив».

2. Динамические процессы в малых группах. Каждый человек одновременно включен в достаточно большое количество малых групп. Поэтому необходимо четко изучить процессы, которые происходят в них. Все эти вопросы рассматриваются в разделе социальной психологии – изучение групповой динамики.

Важнейшие процессы, которые происходят в малых группах следующие: образование малых групп, групповое давление, сплоченность, лидерство и руководство.

Один из основных процессов – **образование малых групп**. В любом обществе ежедневно возникает множество малых групп. Их становление и развитие происходит по двум направлениям:

1. По пути принятия членами группы уже существующих норм групповой жизни. Последствием этого пути является **феномен группового давления** (т.е. как группа влияет на принятие личностью определенных решений). В этой связи выделяют понятия конформизма и неконформизма.

Конформизм (конформность) – это позиция индивида по отношению к позиции группы, проявляющаяся в принятии им или отвержении определенного стандарта, мнения, свойственного группе, а также мере подчинения индивида групповому давлению.

Различают подлинный и мнимый конформизм. *Подлинный* проявляется во внешнем и внутреннем согласии с группой и связан с понятием внушаемости. *Мнимый* выражается во внешнем согласии индивида с группой при внутреннем несогласии.

Нонконформизм (негативизм) – противостояние индивида группе, но это противостояние не связано с подлинной независимостью индивида. Такой человек зависит от общества, но делает все наоборот.

2. Постепенное становление групповых норм и ценностей. Последствием развития по этому пути будет **групповая сплоченность**.

Сплоченность – это характеристика системы внутригрупповых связей, показывающая степень совпадений оценок, установок и позиций группы по отношению к объектам (лицам, задачам, идеям, событиям), наиболее значимым для группы в целом. Но это единство не предполагает совпадений оценок и позиций членов группы во всех отношениях (в сфере вкусов, эстетических ценностей, читательских интересов). Здесь имеется ввиду единство в нравственной и деловой сфере, в подходе к целям и задачам совместной деятельности (отечественный подход).

Определить групповую сплоченность, а также статус каждого члена группы (положение в системе межличностных отношений) позволяет методика, разработанная амер. психологом Якобом Леви Морено, которая называется **социометрия**. Хотя следует отметить, что социометрия фиксирует лишь внешнюю сторону связей (симпатии и антипатии в группе) и не выясняет причин предпочтений, не используется в группах, где более сорока человек. Помимо социометрического подхода существуют и другие методы для определения сплоченности.

Управление группой осуществляется через официально назначенных лиц – **руководителей** и через неофициальных лиц, которые пользуются авторитетом – **лидеров**.

Лидер – это личность, за которой все остальные члены группы признают право брать на себя наиболее ответственные решения, затрагивающие их интересы и определяющие направление и характер деятельности всей группы. В различных конкретных ситуациях выделяются отдельные члены группы, которые превосходят других, по крайней мере, в каком-то одном качестве, но т.к. именно это качество и оказывается необходимым в данной ситуации, человек им обладающий, становится лидером. Мера влияния лидера на группу не является величиной постоянной: при одних обстоятельствах лидерские возможности могут возрастать, при других, напротив, снижаться. Лидер – это наиболее референтное для группы в целом лицо.

Оптимальным является случай совпадения лидера и руководителя в одном лице.

Руководитель оказывает влияние на членов группы. Совокупность средств психологического воздействия, которыми пользуется руководитель, называется **стилем руководства**. Выделяют три основных стиля:

1. **Авторитарный**: дела в группе планируются заранее во всем объеме, голос руководителя решающий, он делает краткие распоряжения суровым тоном, делает запреты без снисхождения, похвала и порицание субъективны. Позиция руководителя – «над группой».

2. **Либеральный**: дела в группе идут сами собой, руководитель не дает указаний, тон безразличный, отсутствуют и наказания, и вознаграждения. Позиция руководителя – «в стороне от группы».

3. **Демократический**: мероприятия планируются заранее с обсуждением в группе, ответственность несут все члены группы, инструкции от руководителя поступают в форме предложений, тон товарищеский, распоряжения, запреты, похвала идут с обсуждениями и дискуссиями в группе. Позиция руководителя – «внутри группы».

Наибольшее предпочтение отдается демократическому стилю. Но каждый из стилей имеет свои преимущества и недостатки и не всегда уместно использовать демократический стиль, а лучше комбинировать. Так, при авторитарном руководителе объем выполняемой работы увеличивается, но будет низкой мотивация, повысится агрессивность и тревожность, будет меньше дружелюбия. При либеральном руководителе уменьшится объем работы и снизится ее качество, но также снизится уровень тревожности и агрессивности. А, например, демократический стиль не подходит для диффузных групп, т.к. приводит к появлению конфликтности, уменьшению продуктивности (здесь лучше использовать авторитарный стиль, т.к. он вносит организованность).

Тема 8. Конфликт

1. Понятие и функции конфликта.
2. Классификация конфликтов.
3. Классификация конфликтных личностей.
4. Управление конфликтами.

1. Понятие и функции конфликта. Конфликт - явление социальное, порожаемое самой природой общественной жизни. Одна из главных

человеческих потребностей - это потребность принадлежать к общности себе подобных. Вместе с тем, индивидуальные различия, различия в интересах и целях, в способах построения совместной жизни приводят к противоречиям между людьми, обострение которых и следует называть конфликтом.

Конфликт (от лат. conflictus - столкновение) – психическое явление, заключающееся в столкновении противоположных действий, взглядов, интересов, стремлений, планов людей или мнений, мотивов, потребностей одного человека (внутриличностный конфликт).

Другими словами, это столкновение противоположно направленных, несовместимых друг с другом тенденций в сознании отдельно взятого индивида, в межличностных взаимоотношениях или межличностных действиях индивидов или групп людей, связанное с острыми отрицательными эмоциональными переживаниями.

В структуре конфликта можно выделить следующие элементы: *конфликтная ситуация, предмет и участники конфликта, инцидент и условия протекания конфликта.*

Конфликтные ситуации возникают во всех сферах общественной жизни - будь то экономика, политика, быт, культура или идеология. Они неизбежны как неотъемлемый компонент развития общества и самого человека. Бесконфликтность - это иллюзия, утопия и уж тем более не благо.

Конфликтная ситуация складывается, как правило, постепенно. В ней распределяются и определяются позиции участников будущего конфликта, но до открытого столкновения дело ещё не доходит. Составляющими конфликтной ситуации являются участники и предмет, т.е. суть разногласий. Участники могут занимать как минимум две взаимоисключающие позиции на предмет конфликта, но их может быть и больше. Участники конфликта занимают определённую иерархию, где выделяются свои лидеры, инициаторы и их более или менее пассивные сторонники.

Конфликт всегда предполагает открытое, осознаваемое его участниками столкновение, т.е. инцидент. Смысл инцидента заключён в овладении предметом конфликта. Инцидент проявляет, делает конфликт зримым, а его участников более активными, чем при конфликтной ситуации.

Конфликтная ситуация не всегда может заканчиваться инцидентом, но сам по себе предмет конфликта при этом остаётся.

Конфликт - это столкновение противоположно направленных интересов, взглядов, позиций в психике отдельного человека, во взаимоотношениях людей или их групп. Конфликтное взаимодействие, если оно совершается в созидательных формах, несет в себе конструктивное, продуктивное начало. Такой конфликт способствует прогрессивным изменениям.

Конфликт - прогнозируемое явление, он может быть регулируемым. Конфликтное взаимодействие отличается тем, что противостояние в нем людей служит для них одновременно и связующим звеном (чем более зависимы отношения, тем более они чреватые конфликтом). Раз люди конфликтуют, то их непременно что-то объединяет.

Уже в силу самой своей природы конфликт может являться носителем созидательных и разрушительных тенденции, быть добром и злом одновременно.

Функции конфликта:

- стабилизирующая (укрепляются взаимоотношения, более ясно осознаются нормы и ценности совместной жизни и деятельности).
- активизирующая (взаимодействие становится более динамичным, что сказывается на темпах социально-экономического развития как в обществе, так и в пределах отдельно взятой организации).
- сигнализирующая (выявляются факторы неудовлетворенности существующим положением вещей).
- эмоциональное отреагирование (открытое выражение своих мыслей и чувств позволяет людям получить эмоциональное облегчение).
- инновационная (конфликт - это средство содействия творческой инициативе).
- профилактическая (своевременный конфликт предотвращает разрушительное поведение).

2. Классификация конфликтов. Конфликты - явление не только неизбежное и повсеместное, но и многоликое. Каждое конфликтное столкновение по-своему уникально. В зависимости от основания выделяют следующие виды конфликтов.

По составу конфликтующих сторон:

- внутриличностный, который характеризуется борьбой примерно равных по силе мотивов, влечений, интересов личности;

— межличностный, характеризующийся тем, что действующие лица стремятся реализовать в своей жизнедеятельности взаимоисключающие цели;

— межгрупповой, отличающийся тем, что конфликтующими сторонами выступают уже социальные группировка, преследующие несовместимые цели и препятствующие друг другу на пути их осуществления. Заметим, что межличностный и межгрупповой конфликты часто протекают и как внутриличностный, однако острота переживаний при этом обычно бывает ослабленной.

По источникам и причинам возникновения:

- объективные и субъективные;
- деловые и личные.

По коммуникативной направленности:

- горизонтальные;
- вертикальные;
- смешанные.

По функциональной значимости:

- конструктивные;
- деструктивные.

По формам столкновения:

- открытые;
- скрытые.

По масштабам и продолжительности:

- общие и локальные;
- кратковременные и затяжные.

По способам урегулирования:

- антагонистические
- компромиссные.

3. Конфликтные типы личности. Осознание причин конфликта связано с осознанием природы как общества, так и человека. Исходных моментов, порождающих тот или иной конфликт, по меньшей мере три: сами люди; социальные связи и отношения; условия функционирования организации.

Сущность человека - главная причина конфликта. Она состоит в противоречивом единстве его потребностей и способностей. Преодоление этого противоречия представляет собой источник саморазвития.

Люди, рождаясь свободными и равными в своем человеческом достоинстве и правах, в реальности оказываются неодинаковыми. Они отличаются друг от друга полом и возрастом, здоровьем и физической силой, душевными качествами и внешней привлекательностью, умственными способностями и волей, нравственными предпочтениями и жизненным опытом. В повседневной жизни эти различия могут приводить к внутриличностным и межличностным конфликтам.

Ролевой конфликт представляет собой результат противоречий, возникших между различными позициями людей в определенной социальной группе. Потенциально противоречивы и конфликтны отношения между начальником и подчиненным, преподавателем и студентом, водителем и сотрудником ГАИ, продавцом и покупателем, родителем и ребенком.

В организациях конфликты чаще всего возникают из-за неадекватных условий их функционирования (отсутствие справедливых правил совместной деятельности, их незнание или непринятие членами группы).

Чаще всего выделяют следующие пять типов конфликтных личностей.

— Демонстративный (хочет быть в центре внимания, любит хорошо выглядеть в глазах других, любит свои страдания, сильно выражены эмоции при слабом проявлении разума, планирование поведения и жизни осуществляется ситуативно и слабо воплощается в жизнь, кропотливой, систематической работы избегает, не уходит от конфликтов, в конфликтной ситуации чувствует себя неплохо).

— Ригидный (подозрителен, обладает завышенной самооценкой, часто не учитывает изменения ситуации, с большим трудом принимает точку зрения окружающих, на недоброжелательное отношение других сильно обижается, повышенно чувствителен к мнимым или действительным несправедливостям).

— Неуправляемый (импульсивен, недостаточно контролирует себя, поведение непредсказуемо, агрессивен, часто не обращает внимания на общепринятые нормы общения, во многих своих неудачах склонен обвинять других, из прошлого опыта извлекает мало уроков).

— Сверхточный (скрупулезно относится к работе, предъявляет повышенные требования к себе, предъявляет повышенные требования к окружающим, причем делает это так, что людям, с которыми он рабо-

тает, кажется, что он придирается, обладает повышенной тревожностью, чрезмерно чувствителен к деталям, склонен придавать излишнее значение замечаниям окружающих, страдает от себя сам, переживает свои просчеты, неудачи, расплачивается за них болезнями (бессонница, головные боли).

— «Бесконфликтный» (неустойчив в оценках и мнениях, обладает повышенной внушаемостью, внутренне противоречив, ориентируется на сиюминутный успех в ситуации, зависит от мнения окружающих, излишне стремится к компромиссу, не обладает достаточной силой воли).

4. Управление конфликтами. Существует множество методов управления конфликтами, которые можно разделить на следующие группы:

- внутриличностные;
- межличностные;
- структурные.

Внутриличностные методы воздействуют на отдельную личность и состоят в правильной организации своего собственного поведения. Важно помнить о том, что мы подвержены эмоционально реагировать на острые ситуации. Поэтому важно научиться высказывать свою точку зрения, не вызывая защитной реакции со стороны оппонента. Даже если партнер находится в состоянии сильного эмоционального возбуждения, ни в коем случае не стоит поддаваться действию психологического закона заражения. Полезно для регуляции собственного эмоционального состояния «проговорить» свои чувства собеседнику без высказывания обвинений в его адрес (так называемый способ «Я-высказывание»). Одной из причин нежелательных эмоциональных реакций партнеров в конфликтной ситуации является занижение их самооценки. Такое поведение объясняется одним из механизмов психологической защиты - регрессией. Чтобы исключить эмоциональные реакции, следует поддерживать высокий уровень самооценки у себя и у оппонента.

Межличностные методы предполагают создание определенных условий взаимодействия, с наибольшей вероятностью приводящих к конструктивному исходу конфликта.

В конфликтной ситуации противоборствующие люди, с одной стороны, особенно нуждаются в том, чтобы правильно понять друг друга. А с другой стороны, такому взаимопониманию мешает отсутствие должного доверия между ними. Поэтому для обеспечения конструктивного общения в конфликте необходимо создать атмосферу взаимного доверия в этом процессе. При этом полезно руководствоваться следующим психологическим законом общения: кооперация вызывает кооперацию, конкуренция - конкуренцию. Основное же содержание эффективных межличностных методов управления конфликтом сводится к соблюдению определенных правил.

- Определить проблему в категориях целей, а не решений.
- После определения проблемы выявить решения, которые приемлемы для обеих конфликтующих сторон.
- Концентрировать внимание на говорящем, его сообщении, а не на его личных качествах.
- Уточнять, правильно ли я понял то, что хотел сказать собеседник.
- Сообщать другой стороне в перефразированном виде смысл принятой информации.
- В процессе приема информации не перебивать говорящего, не давать советы, не критиковать, не подводить итог, не отвлекаться на подготовку ответа. Это лучше сделать после получения информации и ее уточнения.
- Не убедившись в точности принятой партнером информации, не переходить к новым сообщениям.
- Поддерживать атмосферу доверия, взаимного уважения, проявлять эмпатию к собеседнику.
- Использовать невербальные средства коммуникации: частый контакт глаз, кивание головы в знак понимания, благожелательное выражение лица и другие.

Структурные методы воздействуют преимущественно на участников организационных конфликтов, возникших из-за неправильного распределения функции, прав и обязанностей, плохой системы стимулирования. К таким методам относят:

- Разъяснение требований к работе (каждый работник должен четко знать, в чем состоят его обязанности, ответственность, права).

- Уточнение общеорганизационных целей (позволяет объединить усилия всех сотрудников организации).
- Создание обоснованных систем вознаграждения.

Тема 9. Темперамент

1. Понятие и физиологические основы темперамента.
2. Психологические характеристики типов темперамента.
3. Темперамент и общение.
4. Связь темперамента с характером и способностями.

1. Понятие и физиологические основы темперамента. Все люди отличаются особенностями своего поведения: одни подвижны, энергичны, эмоциональны, другие медлительны, спокойны, невозмутимы, кто-то замкнут, скрытен, печален. В скорости возникновения, глубине и силе чувств, в быстроте движений, общей подвижности человека находит выражение его темперамент - свойство личности, придающее своеобразную окраску всей деятельности и поведению людей.

Темперамент - это индивидуальные особенности человека, которые определяют динамику его психической деятельности и поведения.

Психологи выделяют два основных показателя динамики психических процессов и поведения: активность и эмоциональность. **Активность** - это особенности темпа, ритма деятельности, скорость и сила протекания психических процессов, степень подвижности, быстрота или замедленность реакций. **Эмоциональность** выражается в различных переживаниях человека и характеризуется различной степенью, быстротой возникновения и силой эмоций, эмоциональной впечатлительностью. С.Л. Рубинштейн подчеркивал, что для темперамента особенно существенны впечатлительность человека и его импульсивность и что впечатлительность характеризуется силой и устойчивостью того воздействия, которое впечатление оказывает на человека, а импульсивность - силой побуждения и скоростью перехода от побуждения к действию.

Еще в Древней Греции врач Гиппократ предложил концепцию темперамента. Он учил, что темперамент зависит от соотношения четырех жидкостей организма и того, какая из них преобладает: кровь (по-латински «сангве»), слизь (по-гречески «флегма»), красно-желтая желчь (по-гречески «холе»), черная желчь (по-гречески «меланхоле»). Смесь этих жидкостей, утверждал Гиппократ, и лежит в основе основных типов темпераментов: сангвинического, холерического, меланхолического и флегматического. Сам термин «темперамент» в переводе с латинского означает «надлежащее соотношение частей».

Дав, в общем, правильное описание основных темпераментов, Гиппократ не мог дать научного их обоснования. Каковы же научные основания темперамента?

И.П. Павлов, изучая работу больших полушарий головного мозга, установил, что все черты темперамента зависят от *особенностей высшей нервной деятельности человека*. Он доказал, что у представителей различных темпераментов изменяются типологические различия силы, уравновешенности и подвижности процессов возбуждения и торможения в коре головного мозга.

Сила нервных процессов - это способность нервных клеток переносить сильное возбуждение и длительное торможение, т.е. выносливость и работоспособность нервных клеток. Сила нервного процесса выражается в соответствующей реакции на сильные раздражители: сильные раздражения вызывают у сильной нервной системы сильные процессы возбуждения, у слабой нервной системы - слабые процессы возбуждения и торможения.

Уравновешенность предполагает пропорциональное соотношение данных нервных процессов. Преобладание процессов возбуждения над торможением выражается в быстроте образования условных рефлексов и медленном их угасании. Преобладание процессов торможения над возбуждением определяется замедленным образованием условных рефлексов и быстротой их угасания.

Подвижность нервных процессов - это способность нервной системы быстро в ответ на требования условий внешней среды сменять процесс возбуждения процессом торможения и наоборот.

Различные соотношения указанных свойств нервных процессов были положены в основу определения **типа высшей нервной деятельности**.

В зависимости от сочетания силы, подвижности и уравновешенности процессов возбуждения и торможения И.П. Павлов выделил четыре типа нервной системы, которые соответствуют четырем темпераментам:

1. **Сангвиник** - сильный, уравновешенный, подвижный.
2. **Флегматик** - сильный, уравновешенный, инертный.
3. **Холерик** - сильный, неуравновешенный, со слабыми по сравнению с возбуждением тормозными процессами.
4. **Меланхолик** - слабый.



Рис.5 Связь свойств нервной системы и типов темперамента

Тип темперамента не оказывает существенного влияния на формирование мотивационно-ценностных ориентации личности. Каждый тип темперамента имеет свои плюсы и минусы. Более того, он в «чистом» виде практически не встречается у людей: темперамент конкретного человека это совокупность «близких темпераментов» (холерика и сангвиника, сангвиника и флегматика, флегматика и меланхолика).

2. Психологические характеристики типов темперамента. Сангвиник - человек быстрый, подвижный, откликается эмоционально на

все впечатления; однако его радость, горе, симпатии и другие чувства ярки, но неустойчивы и легко сменяются противоположными чувствами. И.П. Павлов так характеризовал таких людей:

«Сангвиник - горячий, очень продуктивный деятель, но лишь тогда, когда у него много интересного дела, т.е. есть постоянное возбуждение. Когда же такого дела нет, он становится скучливым, вялым».

Сангвиник быстро устанавливает социальный контакт. Он почти всегда - инициатор в общении, немедленно откликается на желание общаться со стороны другого человека, но его отношение к людям может быть изменчивым и непостоянным. Он как рыба в воде чувствует себя в большой компании незнакомых людей, а новая, необычная обстановка его только возбуждает.

Флегматик - человек медлительный, уравновешенный и спокойный, которого нелегко эмоционально задеть и невозможно вывести из себя; чувства его почти никак не проявляются вовне. В отношениях с другими людьми они спокойны, устойчивы в своих эмоциях. И.П. Павлов замечал: «Флегматик - спокойный, всегда ровный, настойчивый и упорный труженик жизни». Но в определенных условиях может развиваться безразличие к труду, к окружающей жизни, безволие. Социальные контакты флегматик устанавливает медленно, свои чувства проявляет мало и долго не замечает, что кто-то ищет повод вступить с ним в знакомство. Зато он устойчив и постоянен в своем отношении к человеку. Он любит находиться в узком кругу старых знакомых, в привычной обстановке.

Холерик - человек быстрый, порывистый, с сильными, загорающими чувствами, которые ярко отражаются в выразительной мимике, жестах, речи. Он часто склонен к бурным эмоциональным вспышкам. У холериков наблюдаются быстрая смена настроений, неуравновешенность, что объясняется преобладанием в высшей нервной деятельности процессов возбуждения над торможением. И.П. Павлов так определял этот тип темперамента: «Боевой тип, задорный, легко и скоро раздражающийся».

С увлечением начиная дело, холерик быстро остывает, интерес к работе пропадает, и он без воодушевления продолжает, а иногда и бросает ее.

В общении люди холерического темперамента бывают трудны.

Меланхолик - эмоционально откликается далеко не на все. У него небольшое разнообразие эмоциональных переживаний, но эти пере-

живания отличаются значительной глубиной, силой и длительностью. Он откликается не на все, но уж когда откликается, то переживает сильно, хотя мало выражает вовне свои чувства. И.П. Павлов отмечал, что меланхолик, «попадая в новые условия жизни, очень теряется». В привычной, спокойной обстановке люди этого типа работают очень продуктивно, отличаются глубиной, содержательностью своего эмоционально-нравственного поведения и отношения к окружающим людям. Меланхолики очень обидчивы, тяжело переносят неудачи, обиды. Они расположены к замкнутости, одиночеству, чувствуют себя неловко в новой, непривычной обстановке, часто смущаются.

3. Темперамент и общение. Темперамент тесно связан с особенностями общения человека с окружающими людьми, а следовательно, в значительной степени определяет психологическую совместимость или несовместимость людей.

В.С. Мерлин, крупный отечественный психолог, специально изучающий динамические характеристики психики человека, писал: «Представьте себе две реки: одну спокойную, равнинную, другую - стремительную, горную. Течение первой едва заметно, она плавно несет воды, у нее нет ярких всплесков, бурных водопадов, ослепительных брызг. Течение второй - полная противоположность. Река быстро несется, вода в ней грохочет, бурлит, клокочет и, ударяясь о камни, превращается в клочья пены... Нечто подобное можно наблюдать в динамике (особенности течения психической жизни разных людей)». Здесь представлено, что обе реки - бурная и спокойная - текут порознь, независимо друг от друга. Но в обычной, повседневной жизни - в семье, на работе, во время занятий в институте, в компании друзей и т.д. происходит слияние самых различных «потоков» психической жизни разных людей, порождающее всплеск эмоций, водопады и водовороты в человеческих отношениях, поскольку каждый из «потоков» в общем русле стремится сохранить свою самооценку и самобытность. Отсюда ясно, насколько важно каждому из нас знать особенности своего темперамента и темпераментов других и учитывать слабые и сильные стороны друг друга в процессе общения, взаимодействия и взаимоотношений.

В межличностных отношениях конфликты нередко возникают вследствие того, что люди не учитывают особенности темперамента как своего, так и другого человека, такие, например, как импульсив-

ность, медлительность, вспыльчивость, большая впечатлительность, ранимость и др. Некоторые недостатки темперамента могут быть нейтрализованы человеком в процессе его повседневной работы над собой; используя особенности своего темперамента, можно добиваться значительных успехов в деятельности и в совершенствовании собственной личности.

4. Связь темперамента с характером и способностями. Тип темперамента не может быть «хорошим» или «плохим». Темперамент придает своеобразие поведению человека, но ни в коей мере не определяет ни мотивов, ни поступков, ни убеждений, ни моральных устоев личности. В одной из психологических книг описана очень выразительная жизненная ситуация, раскрывающая специфические особенности поведения представителей разных темпераментов.

Четыре друга опоздали в театр.

Холерик вступил в спор с билетером, пытаясь проникнуть в партер на свое место. Он уверяет, что часы в театре спешат, что он никому не помешает, пытается оттеснить билетера и проскочить на свое место.

Сангвиник сразу понял, что в партер не пустят, но на верхние ярусы пройти проще, и побежал вверх по лестнице.

Флегматик, видя, что в зал не пускают, подумал: «Первая картина спектакля всегда неинтересная. Схожу пока в буфет и подожду антракта».

Меланхолик: «Мне всегда не везет. В кои веки выбрался в театр, и то неудачно». И уехал домой.

Человек проявляет одни и те же динамические особенности в разных ситуациях, но темперамент влияет при этом лишь *на форму проявления характера*. Так, настойчивость у холерика выражается в кипучей деятельности, у флегматика - в глубокой сосредоточенности. Каждый темперамент имеет свои положительные и отрицательные стороны. Примеры ценных свойств холерика: страстность, активность, энергия; сангвиника - подвижность, живость, отзывчивость; меланхолика - глубина и устойчивость чувств, высокая чувствительность; флегматика - спокойствие, отсутствие торопливости.

Но не всякий холерик энергичен и не всякий сангвиник отзывчив. Эти свойства надо вырабатывать в себе, и темперамент лишь облегчает или затрудняет эту задачу.

Б.М. Теплов писал, что при любом темпераменте возникает опасность развития нежелательных черт личности. Холерический темперамент может провоцировать человека к несдержанности, резкости, склонности к постоянным «взрывам». Сангвинический темперамент может привести человека к легкомыслию, склонности разбрасываться, недостаточной глубине и устойчивости. При меланхолическом темпераменте у человека могут выработаться чрезмерная замкнутость, склонность целиком погружаться в собственные переживания, излишняя застенчивость. Флегматический темперамент может способствовать тому, что человек будет вялым, инертным, безразличным к происходящим вокруг него событиям.

Свойства темперамента формируются в деятельности человека и во многом определяются направленностью его личности. На основе каждого темперамента могут быть сформулированы ценные качества личности.

Темперамент и способности. Исследования психологов показали, что представители разных темпераментов могут добиваться одинаково высоких успехов в деятельности, но идут они к этим успехам разными путями. В.С. Мерлин и Е.А. Климов разработали понятие **индивидуального стиля деятельности**, суть которого состоит в понимании, учете и овладении человеком своими психодинамическими особенностями. Так, холерику легче, чем флегматику, выработать у себя быстроту и энергию действий, тогда как флегматику легче выработать выдержку и хладнокровие.

Темперамент не имеет отношения к таланту и одаренности людей. Среди великих людей встречаются яркие представители всех четырех типов темпераментов: И.А. Крылов и М.И. Кутузов - флегматики, А.С. Пушкин и А.В. Суворов - холерики, М.Ю. Лермонтов и А.И. Герцен - сангвиники, поэт В.А. Жуковский, Н.В. Гоголь и П.И. Чайковский - меланхолики.

В темпераменте каждого ребенка и взрослого есть свои индивидуальные особенности, которые нельзя отнести к тому или иному определенному типу. Они являются именно индивидуальными, т.е. присущими только данной личности. Отнести человека к тому или иному темпераменту можно лишь по преобладающим чертам, в сочетании нескольких типов темпераментов.

Тема 10. Характер

1. Понятие характера.
2. Структура характера.
3. Взаимосвязь характера с другими сторонами личности.
4. Формирование характера.

1. Понятие характера. Люди по-разному относятся к окружающему миру - к другим людям, к природе, к труду, к самим себе. Различные отношения выражаются в поведении, в поступках человека. Свойства личности, выражающие отношение человека к действительности, всегда образуют некоторое своеобразное сочетание, представляющее не сумму отдельных особенностей данного человека, а единое целое, которое называют характером.

Характер (от греч. *charakter* - печать, чеканка) – совокупность устойчивых психических черт личности, влияющая на все стороны поведения человека, обуславливающая его устойчивое отношение к окружающему миру, другим людям, труду, самому себе, выражающая индивидуальное своеобразие личности и проявляющаяся в стиле деятельности и общения.

Характер человека как бы накладывает определенный отпечаток на его поведение, на взаимоотношения с другими людьми, является определенным признаком его личности. Характер - это индивидуальное сочетание существенных свойств личности, выражающих отношение человека к действительности и проявляющихся в его поведении, в его поступках.

Известно, что между поведением человека и его характером существует теснейшая связь. Выражается это в том, что именно в поведении проявляются особенности характера человека. Человек всегда так или иначе ведет себя - совершает определенные действия, поступки по отношению к окружающему миру и прежде всего по отношению к людям. В поведении проявляются особенности нашего характера и темперамента, наши потребности, вкусы, привычки, желания, степень уверенности или неуверенности в себе и пр.

Слова, движения, действия, отдельные поступки и поведение в целом позволяют понять характер человека, они как бы высвечивают его внутреннее, скрытое от посторонних глаз содержание. Но, с другой стороны, каждое свойство характера приводит в определенных усло-

виях к совершению тех или иных поступков, накладывает печать на все действия, мысли и чувства человека. Народная мудрость гласит: «Каков характер, таковы и поступки». Самым важным мерилom, показателем характера являются **поступки и поведение человека**. Человек может говорить о себе всякое, однако поступки показывают, что он есть на самом деле. Особенно отчетливо подлинная сущность характера проявляется в трудных и критических ситуациях, например в несчастье, при аварии или пожаре. «Человек отражается в своих поступках», - писал Ф. Шиллер. «Человек есть не что иное, как ряд его поступков», - утверждал Г. Гегель.

Поведение человека рассматривается, оценивается прежде всего с точки зрения его взаимоотношений с другими - с отдельными людьми и с обществом в целом. При этом оценивается не только сам поступок, но мотив, побудивший его поступить так, а не иначе. И оценка этого поступка происходит с точки зрения того, помогает ли он людям в их жизни и самочувствии, способствует ли движению общества вперед. Каждый, кто хочет понять человека, начинает с поиска причин его действий, поступков, отношений. Важно проникнуть в мотивы (а это так не просто!), которыми руководствуются люди, избирая тот или иной способ поведения, иными словами, узнать, ради чего предпринимаются усилия. Только зная мотив, зная внутреннее побуждение, мы можем правильно судить о действиях того или иного человека, ибо особенности поведения всегда вытекают из подлинных отношений человека к действительности и прежде всего к людям, к обществу, к самому себе.

Зная основные свойства характера человека, можно понять, с определенной вероятностью предвидеть его поведение.

2. Структура характера. Структуру характера можно представить как совокупность черт характера, выражающих отношение человека к другим людям, к самому себе, к окружающему миру и деятельности.

Черты характера - это индивидуальные привычные формы поведения человека в соответствующих ситуациях, в которых реализуется его отношение к действительности.

Черт характера, или качеств личности, очень много. Весьма условно их можно разделить на две группы, которые тесно между собой связаны, влияют друг на друга, но все-таки отражают отношение человека к разным сторонам жизни.

Группа первая - черты характера, в которых выражены убеждения и идеалы, направленность личности. Например: коллективизм (человек ставит интересы коллектива и общего дела выше узколичных интересов) и эгоизм (человек проявляет заботу прежде всего о личном благополучии, для него существуют только его личные потребности и желания); чуткость и грубость; общительность, аккуратность и безответственность, небрежность; инициативность, чувство нового и косность, консерватизм; бережливость и мотовство; помощь другим и хищническое отношение к людям; скромность, самокритичность и зазнайство; требовательность к себе и заносчивость; чувство собственного достоинства - и высокомерие и т.д. Эти черты характера, или особенности личности, являются *моральными качествами* и выступают либо добродетелями, либо пороками человека. Главная наша добродетель заключается в заботе об окружающих нас людях, их интересах, их спокойствии.

Вторая группа - *волевые черты* характера. Они выражаются в умении и привычке сознательно регулировать свое поведение, свою деятельность в соответствии с определенными принципами, преодолевать препятствия на пути к поставленной цели. Волю называют основой характера, его стовым хребтом. Говоря о ком-либо «человек с характером», тем самым подчеркивают прежде всего выраженность волевых черт характера: целеустремленности, решительности, самообладания, выдержки, терпения, дисциплинированности, мужества, смелости.

Но эти черты характера ценны только тогда, когда проявляются у человека нравственного, воспитанного. Важно знать, к каким целям стремится человек и какие средства выбирает он для их достижения. Не только цели, но и средства деятельности должны быть честными, гуманными. Целеустремленность и настойчивость диктатора или карьериста, смелость хулигана или глупца не могут быть положительными качествами. Волевые черты и поступки ценны не сами по себе, а лишь вместе с нравственной направленностью личности.

Особенности характера не только проявляются в действиях, поступках, отношениях, но и формируются в них. Так, мужество появляется в процессе совершения мужественных поступков, а чертой характера становится только тогда, когда такие поступки перестают быть случайными эпизодами в жизни человека и превращаются для него в привычку. «Нельзя воспитать мужественного человека, - говорил А.С.

Макаренко, - если не поставить его в такие условия, когда бы он мог проявить мужество, - все равно в чем, - в сдержанности, в прямом открытом слове, некотором лишении, в терпеливости, в смелости».

Каждая черта характера проявляется не изолированно от других, а связана с ними. В зависимости от этого у различных людей одна и та же черта характера может проявляться по-разному. Например, смелый поступок может быть разумным и безрассудным, моральным и аморальным. Такая черта, как мужество, включает в себя не только волевую сферу, но и сферу интеллектуальную и эмоциональную. Мужество одновременно является и моральной чертой. Характер каждого человека - это своеобразное сочетание различных черт, объединяемых в человеческой личности.

В истории психологии делалось немало попыток классифицировать человеческие характеры или определить типы характеров. Однако удовлетворительной классификации и типологии характеров еще не создано. Поэтому при характеристике человека обычно указывают на одну или две наиболее выделяющиеся черты его характера. Одних мы называем людьми твердого, сильного характера, других - скромными, трудолюбивыми, третьих - добрыми, общительными и т.п.

Черты характера, проявляющиеся у человека в его деятельности, в чувствах, в речи, в отношении к другим людям, к самому себе, приобретают положительное или отрицательное значение в зависимости от того, какими целями человек руководствуется в своей жизни, ради чего он живет, как осмысливает свою жизнь и свои поступки. Встречаются люди и без ярко выраженного характера, люди с неопределенным характером. Черты характера являются приобретенными и закрепленными свойствами личности, физиологической основой которых являются особенности нервной системы (определяющие тип темперамента).

И.П. Павлов связывал изменяющийся тип нервной системы с системностью работы коры больших полушарий и с динамическим стереотипом, который представляет собой слаженную, уравновешенную систему нервных процессов.

Стереотип является нервно-физиологической основой прочно закрепленных привычных свойств личности, к числу которых относятся и черты характера.

Для понимания нервно-физиологической основы характера большое значение имеет учение И.П. Павлова о **второй сигнальной системе**. Вторая сигнальная система является физиологической основой мышления и речи и вместе с этим она регулирует поведение человека. «В нормально развитом человеке, - говорил И.П. Павлов, - вторая сигнальная система есть высший регулятор человеческого поведения». Конечно, говоря о физиологических основах характера, нельзя понимать дело так, что будто все черты характера определяются только особенностями нервной системы. «Физиологическая основа характера, конечно, не включает и не может включать его содержательную сторону, например, общественную направленность, мужество, верность долгу. Содержательная сторона психологии характера имеет своим источником общественные категории; раскрывая эту сторону, психология включается в число общественных наук».

Формируясь под влиянием окружающей среды, жизненного опыта человека, его воспитания, характер каждого человека представляет собой единство индивидуального и типичного, возникающее под влиянием как общественно-исторических условий (определенный общественно-исторический строй, социальная среда), так и индивидуальных условий жизни и деятельности (жизненный путь человека). Человек *несет ответственность* за проявления характера.

Не все особенности человека можно считать чертами его характера, а только существенные и устойчивые. Например, смел тот, для кого такая форма поведения постоянна, типична. Конечно, он тоже может иногда испытывать чувство страха, но трусом его не назовешь. Чтобы узнать характер человека, требуется время и постоянное общение с ним. С незнакомым человеком трудно общаться и иметь дело прежде всего потому, что не знаешь, чего от него ожидать и что он ждет от тебя. Зная характер человека, мы можем предвидеть, предсказать, как он поведет себя в той или иной ситуации, как поступит при данных обстоятельствах, что сделает, что и как скажет. Характер человека может быть определенным или неопределенным, цельным или противоречивым.

— **Определенность характера** зависит от того, насколько ясно выражены доминирующие, стержневые черты.

— **Цельный характер** - это единство мыслей, чувств и поведения, действий, поступков.

Характер, как и сама личность, - очень сложное явление, не застывшее раз и навсегда. Он развивается и формируется в течение всей жизни человека.

3. Взаимосвязь характера с другими сторонами личности. Характер взаимосвязан со всеми сторонами личности. Потребности и интересы человека, составляя основу его мотивационной сферы, формируют и его характер. Убеждения человека проявляются в таких чертах характера, как целеустремленность, оптимизм, требовательность к себе и другим, они делают поведение человека принципиальным. Мирозозрение позволяет человеку правильно ориентироваться в общественных событиях, регулировать свое поведение.

Интеллектуальные свойства человека также накладывают определенный отпечаток на его характер и придают ему своеобразие. Острота или тупость, основательность или поверхностность ума являются интеллектуальными свойствами, которые могут стать чертами характера.

Воля определяет решительность, постоянство, самостоятельность и целенаправленность характера. Чувства в характере показывают эмоциональное отношение к людям, миру и к самому себе. Что человек любит или ненавидит, к чему остается равнодушным - все это проявляется в его характере, свидетельствуя о его отношении.

Характер тесно связан с *темпераментом*. Темперамент влияет на форму проявления характера. Так, настойчивость у холерика выражается в кипучей деятельности, у флегматика - в сосредоточенном обдумывании. От темперамента зависят многие черты характера, такие, как уравновешенность поведения, общительность, легкость или трудность включения в новую деятельность, выражение чувств. Однако тип темперамента не определяет сущности характера: флегматик может быть деятельным и трудолюбивым, а сангвиник суетливым и бесплодным.

Следует отметить тесную взаимообусловленность характера и *способностей*. Развитие способностей зависит от таких черт характера, как трудолюбие, трудоспособность. В школе, в средних и высших учебных заведениях немало учеников и студентов, которые благодаря своим способностям все схватывают на лету, хорошо успевают. Но в жизни некоторые из них не оправдывают надежд, и главным образом потому, что не привыкли серьезно и организованно работать, настойчиво преодолевать препятствия. Для развития способностей важны

такие черты характера, как самокритичность, требовательность к себе. Очень важна и такая черта характера, как скромность. Уверенность в своей исключительности часто губительна для способностей, так как в этом случае нередко формируются зазнайство, самовосхищение, пренебрежение к окружающим.

4. Формирование характера. Характер не является врожденным, он формируется под воздействием условий жизни и целенаправленного воспитания. Кое-что в характере является и врожденным - именно те черты, которые связаны с темпераментом. В формировании характера решающее значение имеют первые 7-8 лет, дошкольный и младший школьный возраст, когда закладывается основа характера человека.

На формирование характера оказывают влияние в первую очередь **условия жизни ребенка**, та среда, в которой человек растет и взрослеет, «дух» общества, его мораль и ценностные ориентации. Каналами этого влияния служат общение со взрослыми и сверстниками, книги, радио, телевидение, обычаи, традиции и пр. Очень серьезное влияние на формирование характера оказывают семейные условия, отношения в семье. Домашнее воспитание имеет решающее значение для формирования характера ребенка.

Характер формируется в **деятельности**. Характер ребенка приобретает свое качественное своеобразие в последовательно ведущих для него видах деятельности - в игре, учебе, труде. Черты характера формируются при повторении форм поведения в жизни и деятельности. А.С. Макаренко подчеркивал, что очень важно постоянно упражнять детей в правильном поступке, «организовывать... гимнастику поведения», закреплять правильные формы поведения.

Уже в дошкольном возрасте обрисовываются первые контуры характера, начинает складываться привычный образ поведения, определенные отношения к действительности. Если условия, в которых жил и действовал ребенок, не требовали от него, например, выдержки или инициативности, то соответствующие черты характера у него и не вырабатываются, какие бы высокие моральные идеи ни прививали ему словесно. Воспитание, устраняющее все трудности на жизненном пути ребенка, никогда не может создать сильного характера. С поступлением в школу начинается новый этап формирования характера. Ребенок сталкивается с рядом новых и строгих правил и школьных обязанностей, определяющих все его поведение в школе, дома, в общественных

местах. Эти правила и обязанности развивают у школьника организованность, систематичность, целеустремленность, настойчивость, аккуратность, дисциплинированность, трудолюбие. Исключительно важную роль в формировании характера играет школьный коллектив. В школе ребенок вступает в отношения дружества и взаимопомощи с товарищами. У него развивается сознание долга и ответственности перед коллективом класса, школы, чувство товарищества, коллективизм.

Основное условие воспитания характера младших школьников состоит в **единстве общих требований к ним с индивидуальным подходом к каждому**. Индивидуальный подход не должен ни в какой мере нарушать общих требований. Первостепенное значение в формировании характера имеет организация личного опыта ребенка, способствующего образованию устойчивых привычек поведения и деятельности.

«Характер детей складывается и формируется в реальных действиях и поступках и в той внутренней работе, которая завязывается вокруг них и в них вплетается педагогический процесс, как деятельность учителя-воспитателя, формирует развивающуюся личность ребенка в меру того, как педагог руководит деятельностью ребенка, а не подменяет ее, - писал С.Л. Рубинштейн. - Всякая попытка воспитателя-учителя «внеести» в ребенка познание и нравственные нормы, минуя собственную деятельность ребенка по овладению ими, подрывает, как это отлично понимал еще Ушинский, самые основы здорового умственного и нравственного развития ребенка, воспитания его личностных свойств и качеств».

Тема 11. Способности

1. Общее представление о способностях.
2. Общие и специальные способности.
3. Способности и личность.
4. Развитие способностей.

1. Общее представление о способностях. Одной из самых сложных и интересных проблем психологии является проблема индивидуальных различий. Трудно назвать хоть одно свойство, качество, черту чело-

века, которое не входило бы в круг этой проблемы. Психические свойства и качества людей формируются в жизни, в процессе обучения, воспитания, деятельности. При одних и тех же образовательных программах и методах обучения мы видим у всех индивидуальные особенности. И это прекрасно. Потому-то так и интересны люди, что они разные.

Центральным моментом в индивидуальных особенностях человека являются его способности, именно способности определяют становление личности и обуславливают степень яркости ее индивидуальности. Способности - это внутренние условия развития человека, которые формируются в процессе его взаимодействия с внешним миром.

Способности – психическое свойство личности, проявляющиеся в соответствии психофизиологических, психических особенностей человека требованиям, предъявляемым к нему деятельностью, что дает ему возможность более быстро и качественно овладеть ею.

«Человеческие способности, отличающие человека от других живых существ, составляют его природу, но сама природа человека - продукт истории, - писал С.Л. Рубинштейн. Природа человека формируется и изменяется в процессе исторического развития в результате трудовой деятельности человека. Интеллектуальные способности формировались по мере того, как, изменяя природу, человек познавал ее, художественные, музыкальные и т.п. формировались вместе с развитием различных видов искусства».

Понятие «способность» включает в себя три основных признака:

Во-первых, под способностями понимают индивидуально-психологические особенности, отличающие одного человека от другого. Это особенности ощущений и восприятия, памяти, мышления, воображения, эмоций и воли, отношений и двигательных реакций и пр.

Во-вторых, способностями называют не вообще индивидуальные особенности, а лишь такие, которые имеют отношение к успешности выполнения какой-либо деятельности или многих деятельностей. Существует огромное многообразие видов деятельности и отношений, каждый из которых требует определенных способностей для своей реализации на достаточно высоком уровне. Такие свойства, как вспыльчивость, вялость, безразличность, которые, несомненно, являются индивидуальными особенностями людей, обычно не называются способностями, потому что не рассматриваются как условия успешности выполнения какой-либо деятельности.

В-третьих, под способностями подразумевают такие индивидуальные особенности, которые не сводятся к наличным навыкам, умениям или знаниям человека, но которые могут объяснить легкость и быстроту приобретения этих знаний и навыков.

Таким образом, способности - это такие индивидуально-психологические особенности человека, которые отвечают требованиям данной деятельности и являются условием ее успешного выполнения.

Иными словами, под способностями понимают свойства, или качества, человека, делающие его пригодным к успешному выполнению определенной деятельности. Нельзя быть просто «способным» или «способным ко всему», безотносительно к какому-либо определенному занятию. Всякая способность обязательно является способностью к чему-нибудь, к какой-либо деятельности. Способности и проявляются, и развиваются только в деятельности, и определяют большую или меньшую успешность в выполнении этой деятельности.

Показателями способностей в процессе их развития могут служить темп, легкость усвоения и быстрота продвижения в той или иной области человеческой деятельности. Человек не рождается, имея способности к той или иной деятельности. Врожденными могут быть только **зататки**, составляющие природную основу развития способностей.

Зататки - это особенности строения мозга и нервной системы, органов чувств и движений, функциональные особенности организма, данные каждому от рождения.

К зататкам относятся некоторые врожденные особенности зрительного и слухового анализаторов, типологические свойства нервной системы, от которых зависит быстрота образования временных нервных связей, их прочность, сила сосредоточенного внимания, выносливость нервной системы, умственная работоспособность. В качестве зататков следует рассматривать также уровень развития и соотношение первой и второй сигнальных систем. И.П. Павлов различал три специально человеческих типа высшей нервной деятельности: *художественный тип* с относительным преобладанием первой сигнальной системы, *мыслительный тип* с относительным преобладанием второй сигнальной системы, *третий тип* - с относительной уравновешенностью сигнальных систем. Для людей художественного типа характерна яркость непосредственных впечатлений, образность восприятия и памяти, богатство и живость воображения, эмоциональность. Люди мыс-

лительного типа склонны к анализу и систематизации, к обобщенному, абстрактному мышлению.

Задатками могут являться и индивидуальные особенности строения отдельных участков коры головного мозга. Но задатки - лишь предпосылки развития способностей, они являются одним, хоть и очень важным, из условий развития и формирования способностей. Если человек даже с самыми хорошими задатками не будет заниматься соответствующей деятельностью, способности у него не разовьются. Благоприятная среда, воспитание и обучение способствуют раннему пробуждению задатков. Способность не может возникнуть без соответствующей конкретной деятельности. Нельзя понимать дело так, что способность существует до того, как началась соответствующая деятельность, и только используется в последней. Абсолютный слух как способность не существует у ребенка до того, как он впервые стал перед задачей узнавать высоту звука. До этого существовал только задаток как анатомо-физиологический факт. И тонкий музыкальный слух может быть нереализованным, если человек не будет специально заниматься музыкой. Поэтому музыкальные занятия с маленькими детьми, даже если малыши не обнаруживают ярких музыкальных талантов, имеют большое значение для развития их музыкальных способностей.

Способности не только проявляются в деятельности, но и создаются в этой деятельности. Они всегда являются результатом развития. По самому своему существу способность есть понятие динамическое - существует только в движении, только в развитии.

Развитие способностей совершается по спирали: реализация возможностей, которые представляет способность одного уровня, открывает новые возможности для дальнейшего развития, для развития способностей более высокого уровня (С.Л. Рубинштейн).

Так, способности ребенка формируются постепенно посредством овладения им в процессе обучения содержанием материальной и духовной культуры, техники, науки, искусства. Исходной предпосылкой для этого развития способностей служат врожденные задатки (отметим, что понятия «врожденный» и «наследственный» не являются тождественными).

Не следует думать, что каждой способности соответствует особый задаток. Задатки многозначны и могут реализовываться в различных типах способностей, на их основе могут выработаться разные способ-

ности в зависимости от того, как будет проходить жизнь человека, чему он учится, к чему испытывает склонность. Задатки могут в большей или меньшей степени обусловить своеобразие развития человека, стиль его интеллектуальной или другой деятельности.

Нельзя заранее указать точные границы в развитии тех или иных способностей, определить «потолок», предел их развития. Это связано с тем, что любая деятельность требует для своего осуществления не одной, а нескольких способностей, и они могут до известной степени компенсировать, заменять друг друга. Учась и осваивая то, что было создано человечеством за всю историю его существования, мы развиваем свои природные качества, свои задатки, превращаем их в способности к деятельности. Каждый человек к чему-нибудь способен. Способности развиваются у человека по мере того, как он осваивает какую-нибудь деятельность, область знания, учебный предмет.

Способности человека развиваются и отрабатываются на том, что он делает. Можно привести в пример П.И. Чайковского. Абсолютного слуха у него не было, на плохую музыкальную память композитор сам жаловался, на рояле играл бегло, но не столь уж хорошо, хотя музицировал с детства. Композиторской деятельностью П. И. Чайковский впервые занялся, уже окончив училище правоведения. И несмотря на это, он стал гениальным композитором.

Выделяют два уровня развития способностей: **репродуктивный и творческий**. Человек, находящийся на первом уровне развития способностей, обнаруживает высокую способность овладевать умением, усваивать знания, овладевать деятельностью и осуществлять ее по предложенному образцу, в соответствии с предложенной идеей. На втором уровне развития способностей человек создает новое, оригинальное.

В процессе овладения знаниями и умениями, в процессе деятельности человек «переходит» с одного уровня на другой. Соответственно изменяется и структура его способностей. Как известно, даже очень одаренные люди начинали с подражания, а затем, только по мере приобретения опыта, проявляли творчество.

Учеными установлено, что не отдельные способности как таковые непосредственно определяют возможность успешного выполнения какой-либо деятельности, а лишь то своеобразное сочетание этих способностей, которое характеризует данную личность.

Одной из важнейших особенностей психики человека является возможность чрезвычайно широкой компенсации одних свойств другими, вследствие чего относительная слабость какой-нибудь одной способности вовсе не исключает возможности успешного выполнения даже такой деятельности, которая наиболее тесно связана с этой способностью. Недостающая способность может быть в очень широких пределах компенсирована другими, высокоразвитыми у данного человека. Б.М. Теплов подчеркивал важность выдвижения и разработки рядом зарубежных психологов, и в первую очередь В. Штерном, понятия компенсации способностей и свойств.

Отдельные способности не просто сосуществуют друг с другом. Каждая способность изменяется, приобретает качественно иной характер в зависимости от наличия и степени развития других способностей. Л.С. Выготский писал: «Каждая наша «способность» работает на самом деле в таком сложном целом, что, взятая сама по себе, она не дает и приблизительного представления о настоящих возможностях ее действия. Человек со слабой памятью тогда, когда мы ее исследуем в изолированном виде, может оказаться запоминающим лучше, чем человек с хорошей памятью, просто в силу того, что память никогда не выступает сама по себе, но всегда в тесном сотрудничестве со вниманием, общей установкой, мышлением - и совокупное действие этих различных способностей может оказаться совершенно независимым от абсолютной величины каждого из слагаемых».

Своеобразное сочетание способностей, которое обеспечивает человеку возможность успешного выполнения какой-либо деятельности, называется **одаренностью**.

Проблема одаренности - это прежде всего качественная проблема (С.Л. Рубинштейн). Первый, основной вопрос - каковы способности человека, к чему у него способности и в чем их качественное своеобразие. Но эта качественная проблема имеет и свой количественный аспект.

Высокая ступень развития способностей называется **талантом**.

Талантливые люди способны решать в какой-то области знаний или практики сложные теоретические и практические задачи, способны создавать материальные или духовные ценности, отличающиеся новизной и имеющие прогрессивное значение. В этом смысле мы говорим о талантливых ученых, писателях, учителях, художниках, конструкторах, руководителях и пр.

Талант может проявляться в любой человеческой деятельности, а не только в области науки или искусства. Талантливым может быть и лечащий врач, и учитель, и квалифицированный рабочий, и руководитель, и аграрий, и летчик, и др.

Талантливыми также называют людей, способных быстро усваивать знания и правильно применять их в жизни и в своей деятельности. Это талантливые ученики и талантливые студенты, талантливые скрипачи и пианисты, талантливые инженеры и строители.

Гениальность - это наивысшая степень проявления творческих сил человека. Это создание качественно новых творений, открывающих новую эру в развитии культуры, науки, практики. Так, А.С. Пушкин создал произведения, с появлением которых начинается новая эпоха в развитии русской литературы и русского литературного языка.

Можно сказать так: гений открывает и создает новое, а талант это новое понимает, быстро усваивает, прилагает к жизни и продвигает вперед.

Гениальные и талантливые люди - это люди с очень развитым умом, наблюдательностью, воображением. Для творческой деятельности обязателен так называемый широкий кругозор, знакомство со многими областями знания и культуры. Тот, кто «по уши» погрузился в узкую научную область, лишает себя источника аналогий.

У многих выдающихся людей высокие способности проявлялись в разных областях знания. Многие из них были разносторонними по своим способностям. Например, Аристотель, Леонардо да Винчи, М.В. Ломоносов. Вот что писала о себе Софья Ковалевская: «Я понимаю, что вас так удивляет, что я могу заниматься зараз и литературой и математикой. Многие, которым никогда не представлялось случая более узнать математику, смешивают ее с арифметикой и считают ее наукой сухой и бесплодной. В сущности же это наука, требующая наиболее фантазии, и один из первых математиков нашего столетия говорит совершенно верно, что нельзя быть математиком, не будучи в то же время и поэтом в душе. Только, разумеется, чтобы понять верность этого определения, надо отказаться от старого предрассудка, что поэт должен что-то сочинять несуществующее, что фантазия и вымысел - это одно и то же. Мне кажется, что поэт должен видеть то, чего не видят другие, видеть глубже других. И это же должен и математик».

2. Общие и специальные способности. Различают способности **общие**, которые проявляются везде или во многих областях знания и деятельности, и **специальные**, которые проявляются в какой-то одной области, виде деятельности.

Достаточно высокий уровень развития **общих** способностей - особенностей мышления, внимания, памяти, восприятия, речи, умственной активности, любознательности, творческого воображения и пр. - позволяет достигать значительных результатов в самых разных областях человеческой деятельности при интенсивной, заинтересованной работе. Почти не бывает людей, у которых равномерно выражены все перечисленные выше способности. Например, Ч. Дарвин отмечал: «Я превосхожу людей среднего уровня в способности замечать вещи, легко ускользающие от внимания, и подвергать их тщательному наблюдению».

Специальные способности - это способности к определенной деятельности, которые помогают человеку достигать в ней высоких результатов. Главное различие между людьми состоит не столько в степени одаренности и количественной характеристике способностей, сколько в их качестве - к чему именно он способен, какие это способности. Качество способностей и определяет своеобразие и неповторимость одаренности каждого человека.

И общие, и специальные способности неразрывно связаны друг с другом. Лишь единство общих и специальных способностей отражает истинный характер способностей человека. Специальные способности сложились в ходе развития человеческого общества и человеческой культуры. «Все специальные способности человека - это, в конце концов, различные проявления, стороны общей его способности к освоению достижений человеческой культуры и ее дальнейшему продвижению, - отмечал С.Л. Рубинштейн. - Способности человека - это проявления, стороны его способности к обучению и труду».

Развитие специальных способностей каждого человека является не чем иным, как выражением индивидуального пути его развития.

Специальные способности классифицируются в соответствии с различными областями деятельности человека: литературные способности, математические, конструктивно-технические, музыкальные, художественные, лингвистические, сценические, педагогические, спортивные, способности к теоретической и практической деятельности, духовные способности и др. Все они являются порождением сло-

жившегося в истории человечества разделения труда, возникновения новых областей культуры и выделения новых видов деятельности как самостоятельных занятий. Все виды специальных способностей являются результатом развития материальной и духовной культуры человечества и развития самого человека как существа мыслящего и деятельного.

Способности каждого человека достаточно широки и разнообразны. Как уже отмечалось, они и проявляются, и развиваются в деятельности. Любая деятельность человека - сложное явление. Ее успешность не может быть обеспечена только одной способностью, каждая специальная способность включает в себя ряд компонентов, которые в своем сочетании, единстве образуют структуру этой способности. Успешность в занятиях какой-либо деятельностью обеспечивается особым сочетанием различных компонентов, входящих в структуру способностей. Влияя друг на друга, эти компоненты придают способности индивидуальность, неповторимость. Именно поэтому каждый человек способен, талантлив по-своему в той деятельности, в которой трудятся и другие люди. Например, один музыкант может быть талантлив в игре на скрипке, другой - на рояле, третий - в дирижировании, проявляя и в этих специальных областях музыки свой индивидуальный творческий почерк.

Развитие специальных способностей является сложным и длительным процессом. Для разных специальных способностей характерно неодинаковое время их выявления. Ранее прочих проявляются дарования в области искусств, и прежде всего в музыке. Установлено, что в возрасте до 5 лет развитие музыкальных способностей происходит наиболее благоприятно, так как именно в это время формируются музыкальный слух и музыкальная память ребенка. Примерами ранней музыкальной одаренности могут служить Моцарт, обнаруживший незаурядные способности уже в 3 года, Гайдн - в 4 года, Мендельсон - в 5 лет, Прокофьев - в 8 лет. Несколько позже проявляются способности к живописи и скульптуре: у Рафаэля - в 8 лет, у Микеланджело - в 13 лет, у Дюрера - в 15 лет.

Технические способности выявляются, как правило, позднее, чем способности в области искусств. Это объясняется тем, что техническая деятельность, техническое изобретательство требуют весьма высокого развития высших психических функций, прежде всего мышления, которое формируется в более позднем возрасте - подростковом. Однако

знаменитый Паскаль осуществил техническое изобретение уже в 9 лет, но это одно из редких исключений. Вместе с тем элементарные технические способности могут проявляться у детей уже и в 9-11 лет.

В области научного творчества способности выявляются существенно позднее, чем в других сферах деятельности, как правило после 20 лет. При этом раньше других обнаруживаются математические способности.

Необходимо помнить, что любые творческие способности сами по себе не превращаются в творческие свершения. Для того чтобы получить результат, необходимы знания и опыт, труд и терпение, воля и желание, нужна мощная мотивационная основа творчества.

3. Способности и личность. Способности не могут быть поняты и не могут рассматриваться вне личности. Развитие способностей и развитие личности - взаимообусловленные процессы. Именно на это обращают внимание психологи, подчеркивая, что «развитие способности дает не только практический эффект, повышая качество деятельности, но и личностный эффект удовлетворения от ее процесса, который, выступая подкреплением, оказывается, в свою очередь, условием способности» (К.А. Абульханова-Славская).

Успех или неуспех в значимой для человека деятельности влияет на развитие его личности, формирует его личностное достоинство. Без развития способностей не может происходить развития личности. Способности лежат в основе индивидуальности, уникальности человека. Гениальность и талантливость выражаются не только в сильном развитии интеллекта. Признаком высоких способностей и одаренности является *устойчивое внимание, эмоциональная страстность, сильная воля*. Все гениальные люди отличались горячей любовью и страстностью к своему делу. Страстное отношение к делу способствует концентрированности всех познавательных, творческих, эмоциональных и волевых сил.

Неверно думать, что способным людям все дается легко, без особого труда. Как правило, у людей, которых мы называем талантливыми, способности к той или иной деятельности всегда сочетаются с трудолюбием. Многие талантливые ученые, писатели, художники, педагоги и другие деятели подчеркивали, что талант - это труд, умноженный на терпение. Великий ученый А. Эйнштейн как-то сказал в

шутливой форме, что он добился успехов только потому, что его отличало «упрямство мула и страшное любопытство».

В развитии способностей человека большое значение имеет и его *собственная работа над собой*. Жизнь знаменитых людей показывает, что главным в их творческой деятельности является способность непрерывно работать, умение месяцами, годами, десятилетиями добиваться намеченной цели, неустанно искать пути ее достижения.

Развитие способностей человека тесно связано с развитием интересов. **Интерес** - это индивидуальная особенность личности, ее направленность на то, что человек считает в мире и в своей жизни наиболее значимым, наиболее ценным.

Различают *непосредственный* и *опосредованный* интерес. Первый связан с занимательностью, увлекательностью, приятностью того, что вызвало наш интерес. Например, мы говорим об интересном спектакле, о встрече с интересным человеком, об интересной лекции и пр. Этот интерес проявляется главным образом в непроизвольном внимании и является весьма кратковременным.

Второй опосредован нашим осознанным желанием все больше узнавать о предмете, человеке, явлении. Этот интерес является произвольным, т.е. мы изъявляем свою волю, свое желание глубже проникнуть в суть того, что нам интересно. Опосредованность интереса выражается в более или менее длительной, устойчивой направленности личности на определенный предмет, на определенную область действительности и жизни, на определенную деятельность. Именно наличие такого интереса составляет индивидуальную особенность личности. Интересы людей различаются прежде всего по содержанию, которое определяется теми предметами или областями действительности, на которые эти интересы направлены.

Интересы людей различаются *по широте*. *Узкими* считаются интересы, направленные только на одну ограниченную область действительности, *широкими* и разносторонними - направленные на несколько областей действительности. При этом у человека с разносторонними интересами обычно какой-либо интерес бывает центральным, главным.

Одни и те же интересы у разных людей проявляются с различной *силой*. Сильный интерес нередко бывает связан с сильными чувствами и проявляется как страсть. Он соединяется с такими качествами личностями, как настойчивость, выносливость, стойкость, терпение.

Интересы той или иной силы у разных людей различаются еще по *устойчивости* или по *степени постоянства*.

Интерес как индивидуальная особенность личности охватывает всю психику человека. Именно интересами в значительной степени определяются многие черты его характера и обуславливается развитие его способностей.

Интерес проявляется в склонности человека к деятельности, по преимуществу связанной с предметом интереса, в постоянном переживании приятных чувств, вызываемых этим предметом, а также в склонности к постоянным разговорам об этом предмете и о делах, связанных с ним.

Склонность выражается в том, что человек по собственному желанию усиленно и постоянно занимается определенным видом деятельности, предпочитает ее другим, связывает с данной деятельностью свои жизненные планы. Большинство исследователей, занимавшихся этой проблемой, определяют склонность как направленность на соответствующую деятельность или потребность в деятельности (Н.С. Лейтес, А.Г. Ковалев, В.Н. Мясищев, А.В. Петровский, К.К. Платонов, С.Л. Рубинштейн, Б.М. Теплов, К.Д. Ушинский, Г.Н. Щукина и др.).

Развитие способностей прежде всего связано с активным положительным отношением к соответствующей деятельности, интересом к ней, склонностью заниматься ею, нередко переходящей в страстную увлеченность. Интересы и склонности к определенной деятельности развиваются обычно в единстве с развитием способностей к ней.

Тема 12. **Внимание**

1. Понятие внимания.
2. Виды внимания.
3. Свойства внимания.

1. Понятие внимания. В процессе деятельности человек получает массу впечатлений. Причем, многие раздражители действуют одновременно. Каждую секунду человек получает до 50.000 единиц информации и не может всю ее отражать с одинаковой ясностью. Благодаря вниманию человек избирательно отражает предметы и явления окружающего мира.

Внимание – направленность психики (сознания) на определенные объекты, имеющие для личности устойчивую или ситуативную значимость.

Внимание – сосредоточение сознания на определенном объекте, обеспечивающее его особо яркое отражение.

Сосредоточение на одних объектах предполагает одновременное отвлечение от всего постороннего, временное игнорирование других объектов. Внимание – необходимое условие эффективности всех видов деятельности и общения.

Внимание – не самостоятельный процесс, не свойство, не состояние, но внимание всегда включено в познавательную деятельность. Поэтому, внимание следует рассматривать как особую сторону психической деятельности, которая является необходимой предпосылкой успешности приобретения знаний.

Функции внимания:

1. Отбор значимых, соответствующих потребностям, воздействий и игнорирование других.
2. Удержание какой-либо деятельности на протяжении длительного времени.
3. Регуляция и контроль протекания действия.

Внимание может проявляться в сенсорных, мнемических, мыслительных и двигательных процессах. Поэтому, в зависимости от объекта сосредоточения (воспринимаемые предметы, представления памяти, мысли, движения) выделяют следующие *формы проявления внимания*: сенсорное (перцептивное), интеллектуальное, моторное (двигательное). Наиболее изученным является сенсорное внимание (зрительное и слуховое). Внимание присуще не только человеку, но и животным.

2. Виды внимания. По характеру происхождения и по способам осуществления выделяют несколько видов внимания: непроизвольное, произвольное (волевое) и послепроизвольное.

Непроизвольное внимание – это сосредоточение сознания на объекте в силу его особенностей как раздражителя.

Т.е. непроизвольное внимание возникает и поддерживается независимо от сознательных намерений и целей человека. Оно возникает без каких-либо усилий со стороны человека, невольно.

Причины возникновения непроизвольного внимания:

1. *Внешние причины* (обусловлены качеством раздражителя):

- Появление ранее отсутствовавшего раздражителя.
- Изменение физических свойств действующих раздражителей.
- Ослабление или прекращение действия раздражителя.
- Перемещение раздражителей в пространстве.
- Появление нового, необычного раздражителя.
- Сильные раздражители (громкие звуки, яркий свет, резкий запах).

- Контраст.

2. *Внутренние причины* (связаны с личностными характеристиками):

- Потребности, значение для индивида.
- Интерес.
- Направленность.
- Соответствие внешнего раздражителя внутреннему состоянию организма.

Основная функция непроизвольного внимания: быстрая и правильная ориентация в постоянно меняющихся условиях среды, в выделении тех ее объектов, которые могут иметь в данный момент наибольший жизненный смысл.

Произвольное внимание — это сознательно направляемое и регулируемое сосредоточение на объекте, направляемое требованием деятельности.

Произвольное внимание возникает, если в деятельности человек ставит перед собой задачу и вырабатывает программу действий. Это и определяет выделение объектов его внимания. В таких условиях, когда внимание направлено не на то, что ново и интересно, а на то, что нужно для осуществления деятельности, нередко требуются усилия воли. Поэтому данный вид внимания часто называют волевым.

Произвольное внимание будет поддерживаться, если:

- человек осознает долг и обязанности при выполнении работы,
- созданы привычные условия для работы (время, место),
- косвенный интерес (не интересна сама работа, а интересен результат),
- созданы благоприятные условия для деятельности (исключено влияние постоянно действующих посторонних раздражителей – телевизор, шум).

Послепроизвольное внимание – возникает после произвольного внимания на его основе. Т.е. вначале внимание было произвольным, но потом человек заинтересовался работой.

По своим характеристикам оно схоже с непроизвольным, т.к. присутствует интерес, но оно не может быть сведено к непроизвольному, т.к. здесь присутствует и сознательно поставленная цель. Оно не может быть сведено и к произвольному, т.к. здесь для человека уже становится интересным и значимым не только результат деятельности (как при произвольном), но и сам процесс деятельности.

В первые два года жизни внимание ребенка лишь непроизвольное, затем постепенно ребенок учится быть внимательным благодаря речевым инструкциям взрослых. И постепенно дети овладевают способностью внутренней речевой инструкции (самоприказ).

В школьной практике необходимо сочетать произвольное и непроизвольное внимание. Если урок будет интересным, то внимание будет непроизвольным и ребенку не нужны волевые усилия, чтобы быть внимательным. Но в учении не может быть занимательным абсолютно все, а есть и скучные вещи, но которые необходимо знать. Поэтому, опираясь на непроизвольное внимание, необходимо воспитывать произвольное и послепроизвольное.

Кроме этого, в зависимости от того, на какой объект направлено внимание, выделяют такие его виды: ***внешнее*** (направлено на окружающие предметы) и ***внутреннее*** (направлено на собственные мысли).

Выделяют также внимание ***коллективное, групповое и индивидуальное***.

Внимание зависит не только от изучаемого материала, но и от способов его передачи. Должна быть четкая выразительная речь, определенный темп (не очень быстрый и не очень медленный), определенная громкость голоса (утомляет и очень громкая и очень тихая речь). Важно использовать интонационные средства речи (паузы, ударения), наглядные средства, четко организовывать урок.

Существует несколько ***способов привлечения и поддержания внимания***:

1. Прием «нейтральной фразы» (вначале сообщения произносится фраза, не связанная с темой, но имеющая важное значение для всех). Например, история из жизни, парадокс.

2. Прием завлечения (говорящий произносит что-то трудновоспринимаемое неразборчиво или тихо и слушателю приходится концентрировать внимание).
3. Зрительный контакт (пристально глядя на человека, мы привлекаем его внимание).
4. «Навязывание ритма» (постоянно менять характер и темп речи, не давать расслабиться).
5. Прием акцентировки (обратить на что-то внимание).

Внимательного человека можно определить и по *внешним признакам*: специфическая поза, выражение лица, устремленность взгляда. Здесь выделяю такие понятия как: «*действительная внимательность*» (человек действительно внимателен и этому соответствуют внешние признаки), «*действительная невнимательность*» (человек невнимателен и это заметно и по внешним признакам), «*кажущаяся внимательность*» (внешний вид говорит о внимательности, а на самом деле человек занят своими мыслями), «*кажущаяся невнимательность*» (по внешним признакам кажется, что человек отвлекается, а на самом деле все мысли человека сосредоточены на работе).

3. Свойства внимания. К свойствам внимания относят следующие:

1. **Концентрация** – наличие связи с определенным объектом или стороной деятельности и интенсивность этой связи. Концентрация обратно пропорциональна объему внимания (чем больше мы сконцентрированы, тем меньше объектов мы замечаем).
2. **Объем** – количество одновременно отчетливо воспринимаемых объектов. При восприятии простых объектов объем внимания у взрослого человека равен 5-7 элементам, а у детей – 2-3 элементам (5+2). Поэтому необходимо уметь осмысливать и структурировать воспринимаемый материал, что позволит увеличить объем внимания.
3. **Распределение** – свойство, с которым связывают возможность одновременного успешного выполнения (совмещения) двух и более различных видов деятельности (или нескольких действий). Т.е. несколько объектов одновременно сохраняются в центре внимания и не один из них не теряется из поля внимания. Например, сеанс одновременной игры.

Высокий уровень распределения внимания – одно из обязательных условий многих профессий (оператор, водитель, педагог). Возможность распределения внимания зависит от ряда условий: а) чем слож-

нее совмещаемые виды деятельности, тем труднее распределить внимание, б) успешность совмещения зависит и от того, насколько связаны между собой совмещаемые деятельности (если близко, то распределить внимание становится сложно). Например, трудно совмещать два вида умственной деятельности. Более эффективно распределение внимания при одновременном выполнении двигательной и умственной деятельности. Но во всех этих случаях основным условием успешного распределения внимания является автоматизация одного из одновременно осуществляемых видов деятельности. В процессе постоянных упражнений возможно развитие данного свойства.

4. Переключение – проявляется в преднамеренном переходе субъекта от одной деятельности к другой, от одного объекта к другому, от одного действия к другому. Например, переключение может быть обусловлено необходимостью включения в новую деятельность, либо осуществляться с целью отдыха. Некоторые люди легко переключаются с одного вида деятельности на другой, некоторые – с трудом. Выделяют полное, завершённое переключение внимания либо неполное, незавершённое. При неполном переключении человек, приступив к выполнению новой работы, не полностью отключается от предыдущей. Успешность переключения зависит от ряда условий: а) переключение связано с особенностями предыдущей и последующей деятельности (например, успешность переключения снижается при переходе от легкой деятельности к трудной), б) успешность переключения зависит от отношения человека к прежней и новой деятельности (например, чем интереснее была предшествующая деятельность и чем менее интересна последующая, тем труднее будет переключение), в) переключение зависит и от типологических особенностей, в частности, от подвижности нервных процессов (темперамент).

Существует мнение, что такого свойства как распределение не существует, а существует лишь легкость переключения.

5. Устойчивость – это длительность сохранения интенсивности внимания (как долго). Показатель устойчивости – высокая продуктивность деятельности в течении относительно длительного времени. 1) Одним из важных условий длительного сосредоточения является изменчивость, подвижность объектов внимания (невозможно длительное сосредоточение на одном объекте, если он не меняется, т.е. однообразие снижает внимание). 2) Устойчивость также повышается с увеличением сложности объекта (сложные объекты вызывают активную мыс-

лительную деятельность). Но эта сложность должна быть оптимальной, иначе быстро наступит утомление. 3) Чем сильнее интерес к деятельности, тем длительнее сосредоточение. 4) Внимание может быть устойчивым, если человек понимает важность выполняемой работы. 5) Большое значение для сохранения устойчивости играет активность личности (внешняя или внутренняя) по отношению к объекту.

Но даже в рамках повышенной устойчивости возможны некоторые колебания внимания. *Флуктуации* (колебания внимания) – это периодические кратковременные произвольные изменения степени интенсивности внимания, периодическое произвольное его усиление или ослабление (от 2 до 12 сек.). Такие колебания в рамках устойчивого сосредоточения часто не замечаются и не оказывают существенного влияния на эффективность деятельности. Кроме этого, необходимо учитывать так называемые *сдвиги устойчивости*, которые могут происходить в течение длительной работы даже у самого внимательного человека (например, в начале урока и в конце).

Расстройства внимания. Одной из отрицательных сторон внимания является *рассеянность*. Она может проявляться в неспособности к длительному интенсивному сосредоточению, в частой отвлекаемости. Рассеянность может быть двух видов:

1. Подлинная рассеянность - частая произвольная отвлекаемость от деятельности. Причины: неправильное воспитание (например, следствием избалованности и безнаказанности может быть очень слабое произвольное внимание), плохое состояние здоровья, чрезмерное переутомление (не только из-за больших нагрузок, но и из-за большого количества увлечений или впечатлений), сильные посторонние раздражители, большой объем работы, неинтересная работа и т.д.

2. Мнимая рассеянность как следствие чрезмерной сосредоточенности на работе (кроме работы человек ничего не замечает). Это мнимая или «профессорская» рассеянность. Такая рассеянность не причиняет большого вреда делу, хотя и затрудняет ориентацию человека в окружающем мире.

Выделяют еще несколько видов нарушения внимания: *чрезмерная подвижность* внимания (постоянный переход от одного объекта к другому), *инертность* (малая подвижность) внимания (патологическая фиксация на ограниченном круге представлений и мыслей).

Если у человека сформировалась привычка всегда быть внимательным, то в таком случае можно говорить о присутствии важного

качества личности – **внимательности**. Если же человек внимателен по отношению к другим людям, то говорят о такой моральной черте, как **чуткость, отзывчивость**.

Тема 13. Сенсорно-перцептивные процессы

1. Понятие ощущений и их классификация.
2. Свойства ощущений.
3. Понятие и виды восприятия.
4. Свойства восприятия.

1. Понятие ощущений и их классификация. Ощущения – начальный источник всех наших знаний об окружающем мире. При помощи ощущений мы познаем величину, форму, цвет, температуру, запах и вкус окружающих нас предметов, знакомимся с окружающими звуками. Органы чувств получают информацию о состоянии внешней и внутренней среды и передают ее в головной мозг, ежесекундно получающий и перерабатывающий огромный ее поток.

Ощущение (сенсорный процесс) – это простейший психический процесс, состоящий в отражении в коре головного мозга *отдельных* свойств предметов и явлений окружающего мира, воздействующих в данный момент на человека, а также внутренних состояний организма.

Т.о., органы чувств дают возможность ориентироваться в окружающем мире. Если бы человек был лишен всех ощущений, он никакими способами не мог бы понять, что происходит вокруг.

Ощущения свойственны и животным. Причем, некоторые животные обладают более острым, чем человек, зрением (например, орлы), более тонким обонянием и слухом (собаки). Глаза муравьев, например, различают ультрафиолетовые лучи, недоступные глазу человека. Летучие мыши и дельфины различают ультразвуки, которых не слышит человек. Гремучая змея ощущает колебания температуры в 0,001 градуса. Но, несмотря на это, глаз и ухо человека различают в вещах зна-

чительно больше, т.к. ощущения человека обогащаются его мышлением.

Ощущение возникает как реакция нервной системы на тот или иной раздражитель и *имеет рефлекторный характер*. Физиологической основой ощущения является нервный процесс, возникающий при действии раздражителя на адекватный ему анализатор.

Анализатор составляет исходную и важнейшую часть всего пути нервных процессов, или **рефлекторной дуги**. Рефлекторное кольцо состоит из рецептора, проводящих путей, центральной части и эффектора. Взаимосвязь элементов рефлекторного кольца обеспечивает основу ориентировки сложного организма в окружающем мире, деятельность организма в зависимости от условий его существования. Организм воспринимает раздражение (т.е. сигналы из внешней или внутренней среды) благодаря рецепторам, где сигналы преобразуются в нервные импульсы и по афферентным (чувствительным) проводящим путям передаются в соответствующую проекционную зону в мозге, оттуда по эфферентным (двигательным) проводящим путям информация в форме команды в виде нервных импульсов передается к мышцам и железам. Таким образом организм способен реагировать на воздействие раздражителей как внешней, так и внутренней среды.

Анализатор состоит из трех частей: 1) периферического отдела (рецептора), являющегося специальным трансформатором внешней энергии в нервный процесс; 2) афферентных (центростремительных) и эфферентных (центробежных) нервов — проводящих путей, соединяющих периферический отдел анализатора с центральным; 3) подкорковых и корковых отделов (мозговой конец) анализатора, где происходит переработка нервных импульсов, приходящих из периферических отделов.

В корковом отделе каждого анализатора находится ядро, т.е. центральная часть, где сконцентрирована основная масса рецепторных клеток, и периферия, состоящая из рассеянных клеточных элементов, которые в том или ином количестве расположены в различных областях коры. Рецепторные клетки ядерной части анализатора находятся в той области коры головного мозга, куда входят центростремительные нервы от рецептора. Рассеянные (периферические) элементы данного анализатора входят в области, смежные с ядрами других анализаторов. Тем самым обеспечивается участие в отдельном акте ощущения значительной доли коры головного мозга. Ядро анализатора выполняет функцию тонкого анализа и синтеза, например, дифференци-

рует звуки по высоте. Рассеянные элементы связаны с функцией грубого анализа, например, различение музыкальных звуков и шумов.

Определенным клеткам периферических отделов анализатора соответствуют определенные участки корковых клеток. Так, пространственно разными точками в коре представлены, например, разные точки сетчатки; пространственно разным расположением клеток представлен в коре и орган слуха. То же самое относится и к другим органам чувств.

Многочисленные опыты, проведенные методами искусственного раздражения, позволяют в настоящее время довольно определенно установить локализацию в коре тех или иных видов чувствительности. Так, представительство зрительной чувствительности сосредоточено главным образом в затылочных долях коры головного мозга. Слуховая чувствительность локализуется в средней части верхней височной извилины. Осязательно-двигательная чувствительность представлена в задней центральной извилине и т.д.

Каждый вид анализатора приспособлен для выделения определенного свойства: глаз реагирует на световые раздражители, ухо – на звуковые.

Для возникновения ощущения нужна работа всего анализатора как целого. Ощущение не возникнет, если будет повреждена хотя бы одна любая часть анализатора. В состав каждого ощущения входит движение (сужение сосудов, мышечный рефлекс и т.д.).

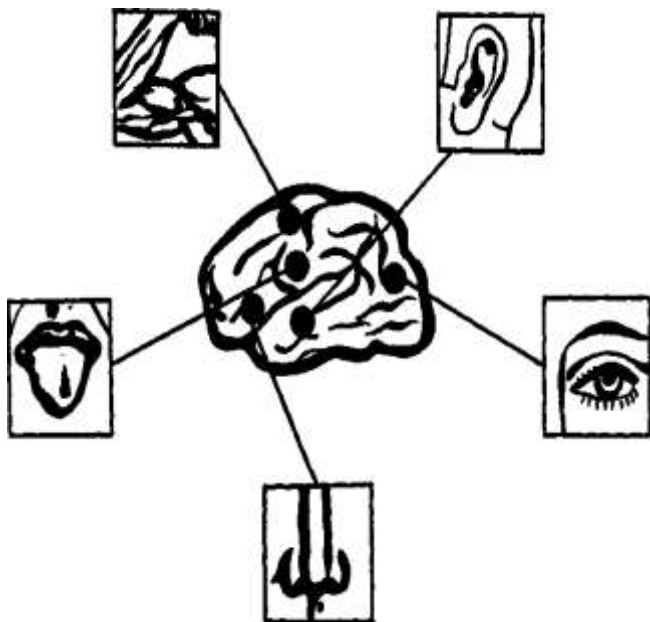


Рис. 6. Анализаторы и их локализация в коре головного мозга

Все многообразие разбросанных по организму рецепторов английский физиолог Ч.Шеррингтон разделил на три больших разряда: **экстероцепторы, интероцепторы и проприоцепторы**. Наружную поверхность организма он описал как экстероцептивное поле. Его отличает обилие рецепторов, открытых для улавливания бесчисленных изменений и факторов внешнего мира.

Внутренние органы содержат интероцепторы, которые воспринимают главным образом действие химических агентов (например, на пищеварительный тракт). Наконец, третья группа рецепторов локализована в органах движений (в скелетных мышцах, связках и суставных сумках), сигнализируя о том, что с ними происходит, в каком положении находится тело, как оно перемещается. Эта группа получила название проприоцепторов (от латинского слова «проприус» - собственный).

Одним из критериев классификации экстероцепторов, учитывающим жизненные запросы организма, стало их разделение на

контактные и дистантные. Контактные рецепторы передают раздражение при непосредственном контакте с воздействующими на них объектами; таковы осязательный, вкусовой рецепторы. Дистантные рецепторы реагируют на раздражения, исходящие от удаленного объекта; дистантнорецепторами являются зрительные, слуховые, обонятельные.

Классификация ощущений.

Рассмотрим несколько классификаций ощущений.

1. Ощущения, возникающие в результате воздействия внешних раздражителей на экстероцепторы, можно разделить на следующие виды.

— **Зрительные ощущения.** До 90% информации из внешнего мира поступает через зрительный анализатор. Зрительные ощущения возникают в результате воздействия световых лучей на чувствительную часть глаза – сетчатку, на которой расположены светочувствительные клетки двух типов – палочки и колбочки (130 млн. палочек и 7 млн. колбочек). Днем работают колбочки, в сумерках палочки. Существует болезнь, при которой человек хорошо видит днем, но плохо ночью – «куриная слепота» (нарушена работа палочек). Название пошло из-за того, что куры, голуби не имеют палочек и ночью ничего не видят. А, например, совы, летучие мыши имеют только палочки, поэтому днем они слепы. В некоторых случаях наблюдается нарушение нормального цветоощущения. Чаще встречается красно-зеленая слепота (дальтонизм).

— **Слуховые ощущения.** Раздражителем являются звуковые волны, которые вызывают колебание барабанной перепонки. Эти колебания переходят во внутреннее ухо к улитке, которая воспринимает звуки. Выделяют слуховые ощущения: речевые (звуки, их длительность, интервалы), музыкальные и шумы.

— **Вкусовые ощущения.** Вызываются действием на вкусовые рецепторы веществ, растворенных в слюне или воде (например, сухой кусок сахара не даст вкусовых ощущений). Вкусовым рецепторов являются вкусовые почки, расположенные на поверхности языка, глотки, неба. Их четыре вида, следовательно – четыре элементарных вкусовых ощущения: сладкое, кислое, соленое и горькое.

— **Обонятельные ощущения.** Органами обоняния являются обонятельные клетки, расположенные в носовой полости. Раздражителем

являются пахучие вещества, которые попадают в нос вместе с воздухом.

— **Кожные ощущения.** Делятся на тактильные (ощущения прикосновения) и температурные (ощущение тепла и холода).

2. Ощущения, которые отражают состояние организма.

— **Органические ощущения** (голод, жажда, сытость, тошнота, удушье).

— **Ощущения равновесия.** Органом ощущения равновесия является вестибулярный аппарат внутреннего уха, дающий сигналы о движении и положении головы.

— **Двигательные ощущения.** Это ощущения движения и положения частей тела.

3. Выделяют группу особых ощущений.

— **Осязательные ощущения:** комбинация нескольких ощущений (например, кожных и двигательных при ощупывании предмета). Особенно развиты у слепых.

— **Болевые ощущения.** Могут возникать при действии сверхсильного раздражителя на любой анализатор. Кроме этого существуют «болевые точки». Повреждение органов также дает болевые ощущения.

2. Свойства ощущений.

1. **Качество** – это основная особенность данного ощущения, отличающая его от других видов ощущений. Например, слуховые ощущения отличаются по высоте, тембру, громкости; зрительные – по насыщенности, цветовому тону и т.д.

2. **Интенсивность** – определяется силой действующего раздражителя и функциональным состоянием рецептора.

3. **Длительность** – определяется временем действия раздражителя и функциональным состоянием органа чувств. Причем, при воздействии раздражителя на орган чувств ощущения возникают не сразу, а спустя некоторый отрезок времени, который называется *латентным* (скрытым) периодом ощущения. Этот период различен для различных видов ощущений. Ощущения также и не исчезают сразу с прекращением действия раздражителя (так называемое *последствие*). Например, болевые, звуковые, температурные, зрительные ощущения (в темноте зажечь лампу и сразу выключить). Благодаря такому после-

действию мы не замечаем перерывов между следующими один за другим кадрами кинофильма: они заполнены следами действовавших до этого кадров.

3. **Адаптация.** Чувствительность анализаторов, определяемая величиной абсолютных порогов, не постоянна и изменяется под влиянием ряда физиологических и психологических условий, среди которых особое место занимает явление адаптации.

Адаптация, или приспособление, — это изменение чувствительности органов чувств под влиянием действия раздражителя.

Можно различать три разновидности этого явления.

1. *Адаптация как полное исчезновение ощущения в процессе продолжительного действия раздражителя.* В случае действия постоянных раздражителей ощущение имеет тенденцию к угасанию. Например, легкий груз, покоящийся на коже, вскоре перестает ощущаться. Обычным фактом является и отчетливое исчезновение обонятельных ощущений вскоре после того, как мы попадаем в атмосферу с неприятным запахом. Интенсивность вкусового ощущения ослабевает, если соответствующее вещество в течение некоторого времени держать во рту и, наконец, ощущение может угаснуть совсем.

Полной адаптации зрительного анализатора при действии постоянного и неподвижного раздражителя не наступает. Это объясняется компенсацией неподвижности раздражителя за счет движений самого рецепторного аппарата. Постоянные произвольные и непроизвольные движения глаз обеспечивают непрерывность зрительного ощущения.

2. *Адаптацией называют также другое явление, близкое к описанному, которое выражается в притуплении ощущения под влиянием действия сильного раздражителя.* Например, при погружении руки в холодную воду интенсивность ощущения, вызываемого холодным раздражителем, снижается. Когда мы из полутемной комнаты попадаем в ярко освещенное пространство, то сначала бываем ослеплены и не способны различать вокруг какие-либо детали. Через некоторое время чувствительность зрительного анализатора резко снижается, и мы начинаем нормально видеть. Это понижение чувствительности глаза при интенсивном световом раздражении называют световой адаптацией.

Описанные два вида адаптации можно объединить термином **негативная адаптация**, поскольку в результате их снижается чувствительность анализаторов.

3. Наконец, *адаптацией называют повышение чувствительности под влиянием действия слабого раздражителя*. Этот вид адаптации, свойственный некоторым видам ощущений, можно определить как **позитивную адаптацию**.

В зрительном анализаторе это темновая адаптация, когда увеличивается чувствительность глаза под влиянием пребывания в темноте. Аналогичной формой слуховой адаптации является адаптация к тишине.

Исследования показали, что одни анализаторы обнаруживают быструю адаптацию, другие - медленную. Например, тактильные рецепторы адаптируются очень быстро. По их чувствующему нерву при приложении какого-либо длительного раздражения пробегает лишь небольшой залп импульсов в начале действия раздражителя. Сравнительно медленно адаптируется зрительный рецептор (время адаптации к темноте достигает нескольких десятков минут), обонятельный и вкусовой.

4. **Взаимодействие ощущений** – это изменение чувствительности одного органа чувств под влиянием раздражения другого органа. Также проявляется в понижении или повышении чувствительности (слабые раздражители повышают, а сильные понижают чувствительность анализаторов при их взаимодействии). Повышение чувствительности в результате взаимодействия анализаторов называется **сенсibilизацией**.

Хорошо развита у слепых, глухих, появляется с возрастом, при беременности повышается вкусовая чувствительность, при некоторых профессиях. Тренируется с помощью упражнений (заниматься музыкой и развить звуковысотный слух).

Сенсibilизация органов чувств возможна не только путем применения побочных раздражителей, но и путем упражнения. Возможности тренировки органов чувств и их совершенствования очень велики. Можно выделить две сферы, определяющие повышение чувствительности органов чувств: 1) *сенсibilизация, к которой стихийно приводит необходимость компенсации сенсорных дефектов* (слепота, глухота) и 2) *сенсibilизация, вызванная деятельностью*, специфическими требованиями профессии субъекта.

Утрата зрения или слуха в известной мере компенсируется развитием других видов чувствительности.

5. **Синестезия** – это возникновение под влиянием раздражения одного анализатора ощущения, характерного для другого анализатора.

Наиболее часто встречается зрительно-слуховая синестезия, когда под воздействием звуковых раздражителей возникают зрительные образы. Также, например, цвета звучат, звуки окрашиваются (высокие звуки – светлые, низкие – темные).

6. Пороги ощущений. Из всего диапазона возможных раздражителей человек воспринимает лишь те, которые находятся в узкой области, которая называется *зоной подлинных ощущений*. Нижняя граница зоны подлинных ощущений определяется минимальной величиной раздражителя, уже вызывающего ощущения. Эта граница называется *абсолютным нижним порогом чувствительности*. Верхняя граница зоны подлинных ощущений – это *абсолютный верхний порог чувствительности* – величина раздражителя, уже перестающего вызывать ощущения данной модальности (например, человек испытывает боль при свержарком свете, ультразвуке).

Пороги чувствительности могут незначительно меняться в зависимости от характера деятельности и возраста человека, функционального состояния рецептора, силы и длительности действия раздражения.

Также выделяют понятие *разностного порога ощущений* – это та наименьшая прибавка к силе действующего раздражителя, при которой обнаруживается разница в качестве раздражителя.

3. Понятие и виды восприятия. В окружающем мире существуют не звуки, а предметы, производящие звук, не свет, а светящиеся предметы и т.д. Поэтому, на основе ощущений должен строиться процесс отражения предметов в целом, в совокупности их свойств, иначе познание мира будет невозможным. Такое целостное отражение предметов в совокупности их свойств и качеств возможно благодаря процессу восприятия, в ходе которого происходит упорядочение и объединение отдельных ощущений в целостные образы вещей и событий.

Восприятие (перцептивный процесс) – это познавательный психический процесс, обеспечивающий целостное отражение предметов, ситуаций и событий, возникающее при непосредственном воздействии физических раздражителей на органы чувств.

В основе восприятия лежат ощущения, но восприятие не сводится к простой сумме ощущений. Воспринимая, мы не только выделяем группу ощущений и объединяем их в единый образ, но и осмысливаем этот образ, привлекая прошлый опыт, т.е. восприятие неразрывно связано с памятью и мышлением. Таким образом, восприятие участвует в

приеме информации и вместе с ощущениями обеспечивает чувственную ориентировку в окружающем мире.

Виды восприятия. В зависимости от доминирующего анализатора выделяют следующие виды восприятия: *зрительное, слуховое, осязательное, кинестетическое, обонятельное и вкусовое*. Но, необходимо заметить, что во всех видах восприятия в той или иной степени всегда участвуют двигательные ощущения.

Также выделяют восприятие *преднамеренное* (например, при наблюдении) и *непреднамеренное*.

Основой еще одного типа классификации являются формы существования материи: пространство, время и движение. В соответствии с этой классификацией выделяют *восприятие пространства, восприятие времени и восприятие движения*.

Восприятие пространства – необходимое условие ориентировки человека. Оно включает *восприятие формы, величины и взаимного расположения объектов, их рельефа, удаленности и направления*. Восприятие не всегда дает нам адекватное отражение предметов объективного мира, в литературе описаны многочисленные факты и условия ошибок в восприятии, главным образом *зрительные иллюзии*.

Восприятие времени – отражение объективной длительности, скорости и последовательности явлений действительности. Отражая объективную реальность, восприятие времени дает человеку возможность ориентироваться в окружающей среде. Восприятие продолжительных периодов времени в значительной степени определяется характером переживаний. Обычно время, которое было заполнено интересной, глубоко мотивированной деятельностью, кажется короче, чем время, проведенное в бездействии. Восприятие времени изменяется и в зависимости от эмоционального состояния. Положительные эмоции дают иллюзию быстрого течения времени, отрицательные — субъективно несколько растягивают временные промежутки.

Восприятие движения – отражение изменения положения, которое объекты занимают в пространстве. Основную роль в восприятии движения играют зрительный и кинестетический анализаторы. Параметрами движения объекта являются скорость, ускорение и направление. Человек может получать сведения о перемещении объектов в пространстве двумя различными путями: непосредственно воспринимая акт перемещения и на основе умозаключения о движении объекта, который некоторое время находился в другом месте. Движение воспринимается

непосредственно, если скорость движущегося объекта такова, что за единицу времени он проходит расстояние не меньше, чем могут различить глаза при данной остроте зрения и дистанции наблюдения. В противном случае мы воспринимаем не само движение, а лишь его результат. Таково умозаключение о движении минутной и часовой стрелок в часах.

4. Свойства восприятия. Наиболее важные свойства, особенности восприятия - *предметность, целостность, структурность, константность и осмысленность.*

Предметность восприятия выражается в так называемом акте объективации, т.е. в отнесении сведений, получаемых из внешнего мира, к этому миру. Без такого отнесения восприятие не может выполнять свою ориентирующую и регулирующую функцию в практической деятельности человека. Предметность восприятия не врожденное качество; существует определенная система действий, которая обеспечивает субъекту открытие предметности мира. В отличие от ощущения, отражающего отдельные свойства предмета, воздействующего на орган чувств, восприятие есть **целостный образ** предмета. Разумеется, этот целостный образ складывается на основе обобщения знаний об отдельных свойствах и качествах предмета, получаемых в виде различных ощущений.

С целостностью восприятия связана его **структурность**. Восприятие в значительной мере не отвечает нашим мгновенным ощущениям и не является простой их суммой. Мы воспринимаем фактически абстрагированную из этих ощущений обобщенную структуру, которая формируется в течение некоторого времени. Если человек слушает какую-нибудь мелодию, то услышанные ранее ноты продолжают еще звучать у него в уме, когда поступает новая нота. Обычно слушающий понимает музыкальную вещь, т.е. воспринимает ее структуру в целом.

Константность восприятия. Вследствие множества степеней свободы положения окружающих объектов по отношению к воспринимающему субъекту и бесконечного многообразия условий их появления эти объекты непрерывно изменяют свой облик, поворачиваются к воспринимающему человеку различными сторонами. При этом соответственно изменяются и перцептивные процессы. Однако благодаря свойству константности, состоящему в способности перцептивной системы (перцептивная система - совокупность анализаторов, обеспечивающих

данный акт восприятия) компенсировать эти изменения, мы воспринимаем окружающие предметы как относительно постоянные по форме, величине, цвету и т.п.

Осмысленность восприятия. Хотя восприятие возникает в результате непосредственного воздействия раздражителя на рецепторы, перцептивные образы всегда имеют определенное смысловое значение. Восприятие у человека теснейшим образом связано с мышлением, с пониманием сущности предмета. Сознательно воспринять предмет — это значит мысленно назвать его, т.е. отнести воспринятый предмет к определенной группе, классу предметов, обобщить его в слове. Даже при виде незнакомого предмета мы пытаемся уловить в нем сходство со знакомыми нам объектами, отнести его к некоторой категории.

Восприятие зависит не только от раздражения, но и от самого воспринимающего субъекта. Воспринимает не изолированный глаз, не ухо само по себе, а конкретный живой человек, и в восприятии всегда сказываются особенности личности воспринимающего, его отношение к воспринимаемому, потребности, интересы, устремления, желания и чувства. Зависимость восприятия от содержания психической жизни человека, его прошлого опыта, от особенностей его личности носит название **апперцепции**.

Все свойства восприятия приобретаются нами при жизни (прозревшие в зрелом возрасте люди так и не могут пользоваться всеми возможностями зрения).

Тема 14. Память

1. Понятие и виды памяти.
2. Процессы памяти.

1. Понятие и виды памяти. Запоминание, сохранение и последующее воспроизведение индивидом его опыта называется **памятью**. Память — обязательное условие любой деятельности. Никакое актуальное действие немисливо без памяти, т.к. протекание даже самого элементарного психического акта предполагает удержание каждого его элемента для «сцепления» с последующими.

Виды памяти. Выделяют память **генетическую** (это информация, которая передается по наследству) и **прижизненную**. Если говорить о прижизненной памяти, то существуют следующие классификации.

По характеру психической активности, преобладающей в деятельности, выделяют следующие виды памяти:

1. **Двигательная память** – запоминание, сохранение и воспроизведение различных движений и их систем. Этот вид памяти служит основой для формирования различных практических и трудовых навыков. Обнаруживается раньше других видов памяти (т.к. первым условным рефлексом новорожденного является память на положение тела при кормлении). У некоторых людей этот вид памяти является ведущим. Признаками этого будет физическая ловкость человека, сноровка в труде («золотые руки»).

2. **Эмоциональная память** – память на чувства. Проявляется в сохранении и последующем воспроизведении определенного эмоционального состояния при повторном воздействии той ситуации, в которой данное эмоциональное состояние возникло впервые. Пережитые и сохраненные в памяти чувства выступают как сигналы, либо побуждающие к действию, либо удерживающие от действий, вызвавших в прошлом отрицательные переживания.

3. **Образная память** – память на картины жизни и природы, а также на звуки, запахи, вкусы. Информация накапливается в виде образов. Образы бывают единичные (образ единичного объекта) и общие (воссоздаются объекты с некоторой степенью обобщения, например, лес, город). Виды образной памяти: **зрительная, слуховая, осязательная, обонятельная, вкусовая.**

Кроме этого, выделяют особый вид образной памяти – **эйдетическую память** - это способность воссоздать образ ранее воспринятого предмета или ситуации во всех деталях, с яркостью равной восприятию.

4. **Словесно-логическая память** (символическая) – память на слова, символа, мысли.

По продолжительности закрепленного и сохраненного материала выделяют:

1. **Мгновенная память** – чувственный образ раздражителя в течении нескольких долей секунды. Данная информация не поддается управлению, ее нельзя задержать, воспроизвести. Но ее значение велико: она обеспечивает слитность образа, например, при просмотре кино.

2. Кратковременная память – характеризуется кратким сохранением материала (несколько секунд) после однократного очень непродолжительного восприятия и немедленным воспроизведением (в первые же секунды после восприятия материала). Например, память машинистки. При повторении может удерживать на более длительный срок.

3. Долговременная память – длительное сохранение материала. Время хранения и объем сохраняемой информации неограничен. Основной механизм ввода данных – повторение (осмысленное) на уровне кратковременной памяти. Здесь хранится смысл, но может теряться поверхностная форма материала. Важно отметить, что каждый момент времени человек не осознает всего, что хранится у него в долговременной памяти.

4. Оперативная память – обслуживает непосредственно осуществляемые человеком актуальные действия, операции. Время хранения – до нескольких часов. Если через несколько часов материал не повторить, то он забудется.

2. Процессы памяти. В памяти различают такие основные процессы: *запоминание, сохранение, воспроизведение и забывание*. Указанные процессы не являются автономными психическими способностями. Они формируются в деятельности и определяются ею. *Запоминание* определенного материала связано с накоплением индивидуального опыта в процессе жизнедеятельности. Использование в дальнейшей деятельности того, что запомнилось, *требует воспроизведения*. Выпадение же определенного материала из деятельности ведет к его *забыванию*. Сохранение материала в памяти зависит от участия его в деятельности личности, поскольку в каждый данный момент поведение человека определяется *всем его жизненным опытом*.

1. Запоминание – это обобщенное название процессов, обеспечивающих удержание материала в памяти. Это удержание происходит благодаря закреплению нового материала с уже приобретенным ранее. Запоминание называют мнемическим процессом.

Выделяют два вида запоминания: произвольное и произвольное. При *непроизвольном* запоминании человек не ставит задачу запомнить и запоминание осуществляется без волевых усилий. Но при этом виде запоминания, в памяти удерживается не все, а лишь то, что интересно, важно и т.д. (как и при произвольном внимании). *Произвольное за-*

поминание является специальным действием, конечной задачей которого стоит запомнить на максимальный срок с целью последующего воспроизведения. Для того, чтобы лучше запомнить тот или иной материал, существуют специальные *способы произвольного запоминания*:

- составление плана;
- выделение смысловых опорных пунктов;
- представление материала в форме наглядного зрительного образа;
- соотнесение с имеющимися знаниями;
- конкретизация (пример на правило);
- понимание материала;
- сравнение;
- воспроизведение;
- нахождение искусственного смысла;
- установка на запоминание;
- установка на время запоминания и т.д.

2. Забывание и сохранение – два обратных процесса. Забывание – процесс, приводящий к утрате четкости и уменьшению объема закрепленного в памяти материала, в невозможности воспроизвести или даже узнать то, что было известно. Сохранение – это удержание того материала, который человек запомнил. Забывание может быть связано с влиянием предшествующей деятельности (*проактивное торможение*, «наперед действующее») или отрицательным влиянием последующей деятельности (*ретроактивное торможение*, «назад действующее»). Это проявляется особенно, когда предшествующая или последующая деятельность была сложной или сходной по содержанию с настоящей деятельностью, если деятельность следует без перерыва. Поэтому важно чередовать предметы по сложности, соблюдать перерывы. В связи с этим, как правило, хуже запоминается середина материала, т.к. она подвергается влиянию и проактивного и ретроактивного торможения. Иногда встречается явление *реминисценции* (временное забывание), когда отсроченное воспроизведение оказывается более полным, чем непосредственное.

Процесс забывания особенно интенсивно протекает сразу после заучивания, затем замедляется (поэтому рекомендуется повторять урок сразу придя домой). Забывание происходит быстрее, если материал непонятен, неинтересен, не связан непосредственно с его практическими потребностями. Т.о., скорость забывания находится в прямой

зависимости от объема материала и степени трудности его усвоения. Причиной забывания могут быть различные болезни нервной системы, ушибы, травмы. Забывание быстрее наступает при утомлении, при действии посторонних раздражителей. Нужно предупреждать процесс забывания в учебном процессе, но сам по себе этот процесс необходим. Если бы человек вообще не обладал способностью забывать, то память была бы заполнена массой ненужных деталей и фактов.

3. Воспроизведение – процесс памяти, в результате которого происходит актуализация закрепленного содержания психики путем извлечения из долговременной и перевода в оперативную или кратковременную память.

В зависимости от различной степени трудности процесса актуализации усвоенного материала выделяют такие виды воспроизведения: узнавание, собственно воспроизведение и припоминание. *Узнавание* – воспроизведение какого-либо объекта в условиях повторного восприятия. Наименьшая степень узнавания проявляется в «чувстве знакомости», когда человек не может точно узнать признака объекта, но уверен, что он ему знаком. Наибольшая степень узнавания не вызывает у субъекта никаких сомнений в знании объекта, человек может безошибочно отнести объект к определенной категории, может точно назвать время, место и другие признаки знакомства с ним. *Собственно воспроизведение* осуществляется без повторного восприятия объекта, который воспроизводится. В тех случаях, когда не удастся вспомнить то, что необходимо и приходится делать активные поиски, преодолевая определенные трудности, воспроизведение будет проходить в виде *припоминания* (человек припоминает, но с трудом).

Выделяют также непроизвольное и произвольное воспроизведение. О *непроизвольном* воспроизведении речь идет, когда человек не ставит задачу воспроизвести. Непроизвольное воспроизведение возникает под влиянием представлений, чувств, мыслей, вызванных каким-либо объектом или ситуацией, либо деятельностью, выполняемой в данный момент. О *произвольном* воспроизведении говорят, когда человек ставит задачу вспомнить. Существуют специальные *способы произвольного воспроизведения*: составление плана, использование наглядных средств и т.д.

Кроме этого выделяют непосредственное и отсроченное воспроизведение. *Непосредственное* воспроизведение происходит сразу после заучивания, без перерыва на выполнение других видов деятельности.

Используется при заучивании стихов, правил и т.п. *Отсроченное* происходит через большой промежуток после запоминания. Причем, между запоминанием и воспроизведением происходят другие процессы.

Все процессы памяти взаимосвязаны, т.к. мы запоминаем для того, чтобы воспроизвести; воспроизводим при заучивании; забываем, если не воспроизводим и т.д.

Индивидуальные различия в памяти. Память у людей проявляется по-разному, отличается содержанием и объемом хранимой информации, скоростью запоминания и воспроизведения, прочностью сохранения и точностью воспроизведения. У одних людей более сильная память, у других более слабая. Есть люди с феноменальной памятью.

Индивидуальные различия памяти проявляются также в том, на какой вид представлений опирается человек при запоминании. Одни лучше запоминают то, что могут услышать, другие то, что могут увидеть, третьи – то, что может быть практически выполнено. В соответствии с этим выделяют двигательный, слуховой и зрительный типы памяти. Чаще же всего встречаются смешанные типы памяти – слухомоторный, зрительно-двигательный, зрительно-слуховой и т.д. Тип памяти может зависеть как от типа нервной системы, так и от воспитания. Тип памяти может упражняться в зависимости от характера профессии.

Тема 15. Мышление

1. Общая характеристика мышления.
2. Процессы мышления.
3. Мышление и решение задач.
4. Виды мышления.

1. Общая характеристика мышления. Познание мира человеком начинается с ощущений и восприятия. Но знаний, получаемых только через анализаторы, недостаточно для глубокого и всестороннего познания мира. Мышление – наиболее сложный познавательный психи-

ческий процесс, свойственный человеку. В ходе мышления осуществляется более глубокое познание внешнего мира. Благодаря мышлению человек выходит за пределы чувственного познания, т.е. начинает познавать такие явления внешнего мира, их свойства и отношения, которые непосредственно не даны в восприятии (т.е. непосредственно не наблюдаемы). В данном случае говорят о теоретическом познании мира. Однако любое, даже наиболее развитое мышление всегда сохраняет связь с чувственным познанием (строится на ощущениях и восприятии).

Мышление – социально-обусловленный, неразрывно связанный с речью психический процесс поисков и открытия нового, т.е. процесс обобщенного и опосредствованного отражения действительности в ходе анализа и синтеза.

Мышление взрослого нормального человека неразрывно связано с речью. В этом проявляется одно из принципиальных различий между человеческим мышлением и элементарным, простейшим мышлением животных. Мысль обретает в слове необходимую материальную оболочку, в которой она (мысль) только и становится непосредственной действительностью для других людей и для нас самих. Чем основательнее продумана та или иная мысль, тем более четко она выражается в словах. И, наоборот, чем больше оттачивается словесная формулировка, тем отчетливее и понятнее становится сама мысль.

Кроме этого, человек в своей мыслительной деятельности, использует все знания, приобретенные в ходе человеческой истории. Такая передача информации от поколения к поколению также возможна только при помощи языка. Т.о., развернутая речь является не только средством общения, но и орудием мышления. Мышление неразрывно связано с речью, но мышление и речь не тождественны. Например, одну и ту же мысль можно выразить разными словами, или мы не всегда находим нужные слова, чтобы выразить свою мысль.

Логика и психология мышления. Человеческое мышление изучается двумя взаимодополняющими частными науками – логикой и психологией. Логика изучает уже сложившиеся, выработанные человечеством способы мышления, логические формы мышления – понятия, суждения, умозаключения.

Понятие – мысль, в которой отражаются общие, существенные и отличительные признаки предметов и явлений действительности (например, понятие «человек»). Различают понятия *житейские* (при-

обретаются в практическом опыте) и *научные* (приобретаются в процессе обучения). Понятия возникают и развиваются в процессе развития науки и техники. В них люди фиксируют результаты опыта и познания.

Содержание понятий раскрывается в суждениях. **Суждение** – отражение связей между предметами и явлениями действительности или между их свойствами и признаками. Например, суждение «Земля вращается вокруг Солнца» устанавливает связь между двумя небесными телами. Суждения бывают *общими* (утверждается что-либо относительно всех предметов данной группы: все рыбы дышат жабрами), *частными* (утверждение относится лишь к некоторым предметам: некоторые студенты – отличники), *единичными* (утверждение относится к одному предмету действительности: этот студент не выучил урок). Суждения образуются двумя способами: а) непосредственно, т.е. когда в них выражено то, что воспринимается, б) опосредствованно, т.е. путем умозаключений.

Умозаключение – такая связь между мыслями (понятиями, суждениями), в результате которой из одного или нескольких суждений мы получаем другое суждение, извлекая его из содержания исходных суждений. Например, все металлы – электропроводны; олово – металл; значит, олово – электропроводно.

Человек избавлен от необходимости получать информацию из непосредственной личной практики, т.к. может усваивать переданный опыт поколений, а многие суждения получает теоретическим логическим путем. Но умозаключения человек может делать не на всех ступенях своего развития, а лишь предварительно научившись этому.

Т.о., логика исследует уже возникшие мысли и устанавливает отношения между ними, учит, как правильно мыслить. Но эти закономерности хотя и необходимы, но недостаточны для полного объяснения человеческого мышления. Логика не объясняет, как конкретно протекает процесс возникновения и развития данной мысли. В отличие от логики, психология изучает мышление как процесс, т.е. как возникает и развивается мысль, изучает внутренние, скрытые причины, приводящие к образованию результатов.

2. Процессы мышления. Выделяют несколько основных мыслительных процессов (мыслительных операций), с помощью которых осуществляется мыслительная деятельность.

Анализ – мысленное расчленение предмета или явления на образующие его части, выделение в нем отдельных признаков. Анализ бывает практическим и умственным.

Синтез – мысленное соединение отдельных элементов, частей и признаков в единое целое. Но синтез не является механическим соединением частей.

Анализ и синтез неразрывно связаны и дают всестороннее знание действительности. Анализ дает знание отдельных элементов, а синтез, опираясь на результаты анализа, обеспечивает знание объекта в целом.

Сравнение – сопоставление предметов и явления с целью найти сходство или различие между ними. Благодаря этому процессу мышления мы познаем большинство предметов, т.к. мы познаем предмет, только приравнивая его к чему-то или отличая от чего-то. Сравнение бывает односторонним и многосторонним, глубоким и поверхностным, непосредственным и опосредствованным.

В результате сравнения в сравниваемых предметах мы выделяем что-то общее. Т.о. образом на основе сравнения строится обобщение.

Обобщение – мысленное объединение предметов в группы по тем общим признакам, которые выделяются в процессе сравнения. Благодаря этому процессу делаются выводы, правила и классификации (яблоки, груши, сливы - фрукты).

Абстракция состоит в том, что, вычлняя какие-либо свойства изучаемого объекта, человек отвлекается от остальных. Например, зеленый цвет – полезен для глаз, но мы не называем, какой предмет зеленого цвета. Путем абстрагирования создаются понятия (длины, ширины, количества, равенства, стоимости и т.д.).

Конкретизация предполагает возвращение мысли от общего и абстрактного к конкретному с целью раскрыть содержание (привести пример на правило).

3. Мышление и решение задач. Необходимость в мышлении возникает прежде всего тогда, когда в ходе жизни перед человеком появляется новая проблема. Т.е. мышление необходимо в тех ситуациях, в которых возникает новая цель, а старые способы деятельности уже недостаточны для ее достижения. Такие ситуации называются **проблемными**. В проблемной ситуации и берет начало процесс мышления. В ходе деятельности человек сталкивается с чем-то неизвестным, в деятельность сразу включается мышление и проблемная ситуация

переходит в осознаваемую человеком задачу. **Задача** – цель деятельности, данная в определенных условиях и требующая для своего достижения использования адекватных этим условиям средств. Любая задача включает: *цель, условие* (известное), *искомое* (неизвестное). В зависимости от характера конечной цели различают задачи *практические* (направленные на преобразование материальных объектов) и *теоретические* (направленные на познание действительности, например, учеба). **Принцип решения задачи:** неизвестное всегда связано с чем-то известным, т.о. неизвестное, вступая во взаимодействие с известным, открывает какие-то свои качества.

В тех случаях, когда можно обойтись старыми способами действия, проблемная ситуация не возникает и мышление не требуется.

Мышление и решение задач тесно связаны друг с другом. Но эта связь не однозначна. Решение задач осуществляется только с помощью мышления. Но мышление проявляется не только в решении задач, но и, например, для усвоения знаний, понимания текста, постановки задачи, т.е. для познания (овладения опытом). Усвоить какое-то понятие – это совершить умственное действие. Гальперин выделяет четыре этапа формирования умственных действий:

- 1) Действие в материальном плане.
- 2) Действие в плане громкой речи.
- 3) Действие в плане проговаривания про себя (это первая форма собственно умственного действия).
- 4) Действие в умственном плане (человек пишет, решает и не задумывается о том, «как» он это делает).

4. Виды мышления. Выделяют следующие виды мышления.

Наглядно-действенное – здесь решение задачи осуществляется с помощью реального преобразования ситуации на основе двигательного акта. Т.е. задача дана наглядно в конкретной форме и способ решения – практическое действие. Данный тип мышления характерен для ребенка дошкольного возраста. Этот вид мышления существует и у высших животных.

Наглядно-образное – ситуацию, необходимую для решения задачи, человек воссоздает в образной форме. Начинает формироваться в старшем дошкольном возрасте. В данном случае, чтобы мыслить, ребенку не обязательно манипулировать с объектом, но необходимо отчетливо воспринимать или наглядно представлять этот объект.

Словесно-логическое (теоретическое, рассудочное, отвлеченное) – мышление выступает прежде всего в форме отвлеченных понятий и рассуждений. Начинает развиваться в школьном возрасте. Овладение понятиями происходит в процессе усвоения различных наук. В конце школьного обучения формируется система понятий. Причем, мы используем понятия, которые не имеют иногда прямого образного выражения (честность, гордость). Развитие словесно-логического мышления не означает, что предыдущие два вида не развиваются или исчезают вовсе. Наоборот, у детей и взрослых продолжают развиваться все виды мышления. Например, у инженера, конструктора большего совершенства достигает наглядно-действенное мышление (или при освоении новой техники). Кроме этого, все виды мышления тесно взаимосвязаны.

С точки зрения оригинальности решаемых задач мышление бывает: **творческое** (продуктивное) и **воспроизводящее** (репродуктивное). Творческое направлено на создание новых идей, репродуктивное представляет собой применение готовых знаний и умений. С понятием творческого и воспроизводящего мышления связан ряд других понятий.

<u>Творческое</u>	<u>Нетворческое</u>
Продуктивное	Репродуктивное
Новое	Старое
Новаторское	Догматическое
Неконформное	Конформное
Нестандартное	Стандартное
Неалгоритмическое	Алгоритмическое
Нестереотипное	Стереотипное
Оригинальное	Неоригинальное
Остроумное	Неостроумное
Дивергентное	Конвергентное
Боковое	Прямое

Дивергентное – мышление, при котором человек в состоянии на один вопрос дать несколько правильных ответов. **Конвергентное** – мышление, при котором человек считает, что на данный вопрос существует только один правильный ответ. **Стандартное** и **нестандартное** мышление связано с характером методов, которые человек использует при решении задач. **Прямое** мышление: человек решает за-

дачу, но если не решил, то откладывает. **Боковое:** человек постоянно держит задачу в сфере сознания и пытается решить периодически вспоминая, занимаясь при этом другими видами деятельности.

По степени развернутости мышление бывает: **дискурсивным** (поэтапно развернутый процесс) и **интуитивным** (быстрота протекания, минимальная осознанность).

По характеру решаемых задач мышление делят на **теоретическое** и **практическое**.

В зависимости от характера предметной области выделяют мышление **естественно-научное** и **гуманитарное**.

В зависимости от характера обобщения в процессе мышления выделяют **эмпирическое** и **теоретическое** мышление. Эмпирическое опирается на чувственный, практический опыт. Теоретическое опирается на логические, абстрактные категории.

По степени вовлечения личности в процесс мышления различают такие виды мышления: **аутистическое** (проявляется в том, что человек пытается выдавать желаемое за реальное), **эгоцентрическое** (проявляется в том, что личность любую задачу соизмеряет со своей самооценкой, пропустить через свое самосознание и выразить свою позицию), **реалистическое** (мышление с учетом реальных фактов).

Индивидуальные особенности мышления. Мышление каждого человека имеет некоторые отличия по определенным свойствам (для всех этих свойств существуют и противоположные).

Самостоятельность – умение человека выдвигать новые задачи и находить нужные решения, не прибегая к частой помощи других людей.

Широта – это когда познавательная деятельность человека охватывает различные области (широкий кругозор).

Гибкость – умение изменять намеченный вначале план решения, если он уже не удовлетворяет.

Быстрота – способность человека быстро разобраться в сложной ситуации, быстро обдумать и принять решение.

Глубина – умение проникнуть в сущность сложнейших вопросов, умение увидеть проблему там, где у других людей вопроса не возникает (нужно иметь голову Ньютона, чтобы увидеть в падающем яблоке проблему).

Критичность – умение объективно оценивать свои и чужие мысли (не считать свои мысли абсолютно верными).

Тема 16. Воображение

1. Понятие воображения.
2. Процессы создания образов воображения.
3. Виды воображения.

1. Понятие воображения.

Воображение – это процесс создания образов предметов и явлений, которые никогда не воспринимались человеком раньше. **Воображение** – необходимый элемент творческой деятельности, выражающийся в построении образа конечного и промежуточного продуктов труда, а также обеспечивающий создание программы поведения в тех случаях, когда проблемная ситуация характеризуется неопределенностью.

Т.е. воображение позволяет представить результат труда до его начала, представить не только конечный продукт, но и промежуточные результаты.

Любая деятельность включает в себя воображение (художественная, конструкторская, научная, литературная, музыкальная и т.д.). Воображение тесно связано с мышлением. Так же как и мышление, воображение возникает в проблемной ситуации, т.е. тогда, когда нужно отыскать новое решение. Но опережающее отражение действительности в процессе воображения происходит в виде ярких представлений, а опережающее отражение в процессе мышления происходит путем оперирования понятиями. Например, выбор способа действия человек осуществляет путем логических рассуждений (с помощью мышления), но в то же время ярко представляет, как будет осуществляться это действие (с помощью воображения). Если исходные данные задачи известны, то ход ее решения подчинен преимущественно законам мышления (например, научная проблема). Если проблемная ситуация отличается неопределенностью и исходные данные с трудом поддаются точному анализу, то в действие приходят преимущественно механизмы воображения (например, работа писателя). Фантазия позволяет «перепрыгнуть» через какие-то этапы мышления, когда отсутствует нужная полнота знаний, и все-таки представить себе конечный резуль-

тат. Хотя иногда намеченные фантазией пути решения бывают недостаточно точны.

Воображение тесно связано с восприятием и памятью, т.к. воображение всегда строится на переработанном материале прошлых восприятий, которые человек запомнил. Например, создавая образ пустыни, человек опирается на прошлый опыт (он знает, что такое песок, видел на картинке или в зоопарке верблюда). «Изобретатель – это человек, нашедший новую комбинацию уже известных оборудований», - А.Эйнштейн.

2. Процессы создания образов воображения. Технология создания образов воображения имеет аналитико-синтетический характер, т.е. осуществляется с помощью анализа и синтеза. Человек расчленяет ранее сложившуюся систему представлений и создает на этой основе новые образы. Если придумать даже что-то совершенно необычайное, то при тщательном рассмотрении выяснится, что все элементы, из которых сложился вымысел, взяты из жизни, являются результатами преднамеренного или непреднамеренного анализа бесчисленного множества фактов.

Но анализ и синтез при создании образов воображения могут осуществляться в различных формах.

1. **Агглютинация** (в переводе с греч. - склеивание) – соединение различных качеств, свойств, частей, характерных для двух разных объектов. Путем агглютинации строятся многие сказочные образы (русалка, избушка на курьих ножках, кентавр). Также этот прием используется в техническом творчестве (танк-амфибия соединяет качества танка и лодки, аккордеон – сочетает фортепьяно и баян).

2. **Гиперболизация** (гипербола – увеличить объект, литола - уменьшить) – увеличение или уменьшение предметов, или изменение количества частей предмета (великан, мальчик-с-пальчик, многорукие богини в Индии, дракон с семью головами, одноглазый циклоп).

3. **Подчеркивание** – заострение каких-либо признаков (дружеские шаржи или злые карикатуры).

4. В том случае, если представления, из которых конструируется образ фантазии, сливаются, различия сглаживаются, а черты сходства выступают на первый план, это способствует осуществлению **схематизации** (создание художником национального орнамента, элементы ко-

торого взяты из растительного мира; образ итальянца, американца и т.д.).

5. Типизация – используется в художественной литературе, скульптуре, живописи; здесь характерно выделение существенного, повторяющегося в однородных фактах, и воплощение этого в конкретном образе.

Кроме этого, течение творческого процесса предполагает возникновение множества ассоциаций (например, Л.Н.Толстой смотрел на вышитую рубашку и у него родилась глава «Анны Карениной» о моде, женщинах и о том, что Анна не такая). Но особенность творческого воображения заключается в том, что оно отклоняется от привычного хода ассоциаций под влияние эмоций, мыслей.

3. Виды воображения. По степени активности в процессе создания новых образов различают два вида воображения: активное и пассивное.

Активное воображение возникает из потребностей человека и стимулирует его творческую и практическую активность. Активное воображение может быть творческим и воссоздающим.

Воссоздающее – это воссоздание образов существующих предметов, создание образов, соответствующих описанию. Это происходит, когда человек читает учебную или художественную литературу, или слушает рассказ. Причем, у людей возникают разные образы одного и того же предмета, что зависит от силы воображения человека и мастерства автора.

Творческое – это самостоятельное создание новых, несуществующих образов в процессе деятельности (открытия в науке, изобретения в технике, создание произведений искусства). В данном случае речь может идти как об объективно (такие предметы действительно не существуют), так и о субъективно новом (это ново для данного человека). Творческое воображение – более сложная психическая деятельность, чем воссоздающее (например, представить механизм по чертежу проще, чем создать сам этот чертеж). Неправильно думать, что творчество – это свободная игра воображения. Творчество – это работа и памяти, и мышления.

Схема творческого процесса:

1.Зарождение идеи.

2. Концентрация («стягивание») знаний, относящихся к данной проблеме.

3. Сознательная и бессознательная работа над материалом (разложение и соединение, перебор вариантов, озарение).

4. Проверка и доработка гипотезы.

Виды творчества: научное, литературное, художественное, музыкальное, педагогическое и т.д. В процессе творчества образы творческого воображения могут многократно переделываться. Образ или ситуация, возникающие в голове писателя, всегда пропускаются через эмоциональную сферу личности. Переживая чувства и воплощая их в художественные образы, писатели, художники, музыканты вызывают ответные чувства у слушателей и читателей.

Творческое воображение необходимо и на ранних стадиях изучения научной проблемы. Ученые не всегда в состоянии установить логическую последовательность изучаемых явлений, фактов. Чтобы восполнить этот пробел, используется воображение, которое позволяет выдвинуть догадки. Дальше же идет доказательство или опровержение того, что создало воображение, т.е. переход к строго научному мышлению.

Воображение необходимо и в педагогической деятельности (педагогическое творчество). Учитель должен быть в состоянии предвидеть комплекс причин, обуславливающих поведение учащихся, предвидеть ход урока, предугадать реакции учеников. Кроме этого, воспитание – это проектирование личности, создание идеального образа, но в индивидуальном порядке.

Пассивное воображение – это когда фантазия создает образы, которые не воплощаются в жизнь, намечает программы поведения, которые не осуществляются и зачастую не могут быть осуществлены. Пассивное воображение может быть преднамеренным и непреднамеренным.

Преднамеренное воображение проявляется тогда, когда образы возникают в результате специального намерения человека. Преднамеренно вызванные образы, которые человек не стремится воплотить в жизнь, называются *грезами*. Всем людям свойственно грезить о чем-то радостном, приятном, заманчивом. Но если в процессе воображения у человека преобладают грезы, то это дефект развития личности. У таких людей воображение выступает как замена действительности: че-

люди уходят в область фантастических представлений, чтобы скрыться от тяжелых условий, неразрешимых задач.

Непреднамеренное воображение возникает при ослаблении деятельности сознания без специальных намерений человека. Например, в полудремотном состоянии, в состоянии аффекта, во сне, при патологических расстройствах сознания (галлюцинации). **Сновидения**, как правило это комбинация из обрывков прежних впечатлений и переживаний. Часто сны создаются на основе внешних раздражений, которые спящий человек не осознает. **Галлюцинации** (кроме алкогольных) – это фантастические видения, которые не имеют никакой связи с окружающей человека действительностью. Обычно это результат нарушения работы организма. Как правило, сопровождают некоторые заболевания.

Особый вид воображения – **мечта** (это создание образов желаемого будущего). Не всегда процесс воображения немедленно реализуется в практических действиях. Нередко этот процесс принимает форму особой внутренней деятельности, заключающейся в создании образов того, что человек желал бы осуществить. Мечты бывают реальными и нереальными. Но в отличие от грез мечта выступает побудительной силой деятельности. По сути, достичь мечты невозможно, т.к. воплощенная мечта вызывает новую потребность, а новая потребность – новую мечту. В случае, когда человек ни о чем не мечтает, можно говорить, что его развитие закончилось.

По структуре создаваемых образов выделяют такие виды воображения:

1. **Пространственно-схематическое** – создание образов с помощью букв, цифр, символов, т.е. различных условных знаков (в математике, информатике). Такие знаки отражают пространственные и логические отношения и за ними стоит какая-то техническая реальность.

2. **Конкретно-индивидуальное** (конкретные образы, например, новый прибор).

3. **Конкретно-обобщающее** (создаются типические образы: в художественной литературе, живописи, музыке).

По виду деятельности выделяют:

1. Воображение **в производственно-технической деятельности**.
2. Воображение **в жизни**.
3. Воображение **в научном творчестве**.
4. Воображение **в художественном творчестве**.

5. Воображение *в педагогической деятельности*.

Сензитивным периодом для развития воображения является дошкольный возраст, т.к. ведущей деятельностью здесь является игра, а необходимый элемент игры – воображаемая ситуация, вводимая при помощи слов «как будто». Богатую пищу воображению дают ролевые игры, которые позволяют не только усваивать общественный опыт, но и углубляют и закрепляют ценные качества личности (смелость, решительность, организованность, находчивость). Хотя говорить о настоящем творчестве в дошкольном возрасте еще рано, т.к. недостаточно опыта.

Воображение и личность. Выделяют следующие свойства личности с высоким воображением:

1. *Одухотворенность*, проявляется в романтическом складе и поэтической натуре.

2. *Мечтательность* или фантазерство, может оказаться негативной особенностью личности.

Образы фантазии у разных людей могут отличаться по новизне, оригинальности, точности, степени реалистичности, произвольности, устойчивости, в зависимости от потребностей и области профессиональной деятельности и т.д. У людей малочувствительных образы воображения бледны и слабы.

Тема 17. Эмоции и чувства

1. Общее понятие об эмоциях и чувствах.
2. Выражение эмоций и чувств.
3. Высшие чувства.
4. Эмоциональные свойства личности.

1. Общее понятие об эмоциях и чувствах. Когда человек воспринимает предметы и явления окружающего мира, он всегда как-то отно-

сится к ним, испытывает те или иные чувства. Одни события вызывают у него радость, другие – негодование, одни вещи ему нравятся, другие – нет, одних людей он любит, других ненавидит, к третьим равнодушен, что-то его сердит, чего-то он боится, некоторыми поступками он гордится, других стыдится.

Чувства – переживаемые в различной форме внутренние отношения человека к тому, что происходит в его жизни, что он познает или делает, к другим людям и самому себе.

Эмоции – физические состояния и процессы, возникающие в результате действия на индивида значимых явлений и ситуаций и проявляющиеся в форме непосредственных переживаний.

Эмоции и чувства для человека выступают показателем того, как происходит процесс удовлетворения потребностей. Возникшие положительные эмоциональные состояния (восторг, удовольствие) свидетельствуют о благоприятном протекании процесса удовлетворения потребностей. Неудовлетворенные потребности сопровождаются отрицательными эмоциями (стыда, раскаяния). Т.о. эмоциональные состояния определяются качеством и интенсивностью актуальной потребности индивида и оценкой, которую он дает вероятности ее удовлетворения. Человек сопоставляет информацию о том, что требуется для удовлетворения потребности, с тем, чем он располагает в момент ее возникновения. Если вероятность удовлетворения потребности велика, появляются положительные чувства. Отрицательные эмоции порожаются невозможностью удовлетворения потребности или же падением ее вероятности по сравнению с прогнозом, который субъект давал ранее. Но не все эмоции укладываются в эту схему (например, эмоция удивления).

Функции эмоций и чувств:

1. *Отражательная* (позволяют определить полезность или вредность события).
2. *Побудительная* (эмоциональное переживание содержит образ предмета и пристрастное отношение к нему, что и побуждает человека к действию).
3. *Подкрепляющая* (значимые события быстрее и надолго запечатлеваются в памяти).

4. *Переключательная* (обнаруживается при конкуренции мотивов, в результате которой определяется доминирующая потребность).

5. *Приспособительная* (благодаря эмоциям устанавливается значимость тех или иных условий для удовлетворения актуальных потребностей, поэтому организм может эффективно приспособиться к тем или иным окружающим условиям).

6. *Коммуникативная* (мимика и пантомимика позволяет человеку передавать свои переживания другим людям). Благодаря этой функции человек может воздействовать на других людей.

2. Выражение эмоций и чувств. Нередко слова "эмоции" и "чувства" употребляются как синонимы. Но эмоции имеют ситуативный характер. Эмоции - это непосредственное, временное переживание какого-либо чувства. Например, эмоцией называется не само чувство любви к музыке, а состояние восхищения, которое человек переживает в данный момент, слушая концерт.

Как уже говорилось выше, эмоции и чувства по своему качеству могут быть *положительными* и *отрицательными*. Но иногда отрицательные эмоции могут иметь положительную окраску (гнев на плохой поступок). А иногда возможно переживание противоположных эмоций ("Мне грустно и легко", Пушкин), это явление называют *амбивалентностью* (двойственностью) чувств (любовь и ненависть при ревности).

Эмоции и чувства можно рассматривать и с точки зрения того, вызывают они активное или пассивное состояние. Если эмоции побуждают к поступкам, высказываниям, увеличивают напряжение сил, их называют *стеническими* (от греч. sthenos - сила). Например, человек готов "свернуть горы". Радость, гнев, ненависть - стенические эмоции. Если же переживание эмоции характеризуется пассивностью, расслабляет человека, то говорят об *астенических* эмоциях (от греч. asthenos - слабость). Как говорят, "подкашиваются ноги". Печаль, тоска, уныние - астенические эмоции. Но у некоторых людей одни и те же эмоции могут переживаться как стенические, у некоторых - как астенические. Например, эмоция страха может вызвать у одного человека беспомощное состояние, у другого - бурную реакцию.

По форме протекания все многообразие эмоций и чувств можно разделить на чувственный тон, эмоции (в узком смысле этого слова), аффекты, настроения, фрустрация, стрессовые состояния, высшие чув-

ства, страсти, увлечения. Эти формы переживания эмоций и чувств и образуют эмоциональную сферу личности.

Эмоции (в узком смысле этого слова) - непосредственное переживание какого-либо чувства. Выделяют следующие "фундаментальные эмоции" (по К.Изарду) или основные эмоциональные состояния:

1. **Интерес** - положительное эмоциональное состояние, способствует развитию умений и навыков, приобретению знаний.
2. **Радость** - положительное эмоциональное состояние, связанное с возможностью удовлетворить актуальную потребность, вероятность чего до этого момента была невелика.
3. **Удивление** - не имеет четко выраженного положительного или отрицательного знака, возникает внезапно, тормозит все предыдущие эмоции и направляет внимание на объект его вызвавший. Может переходить в интерес.
4. **Страдание** - отрицательное эмоциональное состояние, связанное с достоверной или кажущейся таковой информацией о невозможности удовлетворения важнейших жизненных потребностей, которое до этого момента представлялось более или менее вероятным. Им астенический характер.
5. **Гнев** - отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое внезапным серьезного препятствия на пути удовлетворения исключительно важной потребности. Имеет стенический характер.
6. **Отвращение** - отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое объектами (людьми, предметами, обстоятельствами), соприкосновение с которыми (физическое взаимодействие, общение и т.д.) вступает в резкое противоречие с нравственными или эстетическими принципами субъекта.
7. **Презрение** - отрицательное эмоциональное состояние, возникающее в межличностных взаимоотношениях и порожаемое рассогласованием жизненных позиций субъекта с жизненными позициями или поведением самого объекта.
8. **Страх** - отрицательное эмоциональное состояние, проявляющееся при получении субъектом информации о возможном ущербе для его жизненного благополучия, о реальной или воображаемой опасности, ему грозящей. Имеет как стенический так и астенический характер.
9. **Стыд** - отрицательное эмоциональное состояние, выражающееся в осознании несоответствия собственных помыслов, поступков не толь-

ко ожиданиям окружающих, но и собственным представлениям о подобающем поведении.

Общее же число эмоций, названия которых существуют в словарях, огромно (радость, удовлетворение, восторг, ликование, экстаз). Из соединения фундаментальных эмоций могут возникать комплексные эмоциональные состояния (например, тревожность: страх+гнев+вина+интерес).

Простейшая форма эмоционального переживания – **чувственный** или **эмоциональный тон** – эмоциональная окраска, качественный оттенок психического процесса (приятное или неприятное чувство).

Аффект (от лат. affectus – душевное волнение) – сильное и кратковременное эмоциональное состояние, связанное с изменением важных для человека жизненных обстоятельств. Характеризуется изменением сознания, нарушением контроля за действиями, утратой самообладания. Быстро овладевает человеком и бурно протекает. Аффекты кратковременны, т.к. вызывают огромную затрату сил. Если обычная эмоция – это душевное волнение, то аффект – буря, взрыв. Человек утрачивает контроль над собой, совершая безрассудные действия, а потом может жалеть об этом и вспоминать как сквозь сон. После аффективной вспышки наступает разбитость и упадок сил. Любая эмоция может перерасти в аффект: радость в восторг, злость в гнев, страх в ужас, страдание в отчаяние. Можно сказать, что аффект плох или хорош в зависимости от того, какая эмоция переживается человеком. Человек может управлять аффектом, сдерживать его наступление на первых этапах.

Настроение – общее эмоциональное состояние, окрашивающее в течение длительного времени все поведение человека (радостное, печальное, серьезное, легкомысленное, бодрое, вялое). Обычно настроение не осознается человеком, но иногда имеет значительную интенсивность и накладывает отпечаток и на умственную деятельность и на продуктивность работы (все спорится). Настроение – бессознательная оценка личностью того, насколько благоприятно для нее складываются обстоятельства. Источники настроения: удовлетворенность или нет ходом жизни, делами на работе, в семье; состояние здоровья, погода и т.д. Источники настроения не всегда ясны, но следует уметь разобратся в причинах настроения и попытаться их устранить. Настроения различаются и по продолжительности. Это зависит от: возраста (у детей – быстро меняется), характера, темперамента, силы воли и т.д.

Настроение оказывает влияние на поведение, стимулирует или подавляет деятельность.

Стресс - (от англ. stress - давление, напряжение) возникает в необычно трудных ситуациях и переживается с большой внутренней напряженностью. По своим психологическим характеристикам близок к аффекту, по длительности протекания - к настроению. Может иметь стенический или астенический характер (пример с экзаменом). Возникает при опасности, больших физических и умственных нагрузках и т.д. Стресс может быть физиологическим и психическим. Психологический стресс в свою очередь – информационным (человек не справляется с задачей, не успевает быстро принять верное решение при высокой ответственности) и эмоциональным (угроза, опасность, обида). Разные люди по-разному переживают стресс («стресс льва», «стресс кролика»). По своей направленности выделяют стресс (положительная направленность, обеспечивает мобилизацию систем организма, например, в случае опасности) и дистресс (отрицательная направленность, носит разрушающий характер, приводит к истощению организма).

Близким по своим проявлениям к стрессу является состояние фрустрации. **Фрустрация** – (от лат. frustratio – обман, расстройство, разрушение планов) состояние человека, вызываемое объективно непреодолимыми (или субъективно так воспринимаемыми) трудностями, возникающими на пути к достижению цели. Фрустрация сопровождается целой гаммой отрицательных эмоций, способных дезорганизовать сознание и деятельность. В состоянии фрустрации человек может проявлять озлобленность, подавленность, внешнюю и внутреннюю агрессию, расстройство, двигательное возбуждение (бесцельные и неупорядоченные движения), апатию. Уровень фрустрации зависит от силы и интенсивности воздействующего фактора, состояния человека, типа темперамента и сложившихся у него форм реагирования на жизненные трудности. Особенно часто источник фрустрации - отрицательная социальная оценка.

3. Высшие чувства. В отличие от эмоций, аффектов, настроений, стрессов, имеющих ситуативный характер и отражающих отношение человека к объекту в данный момент, чувства (в узком смысле этого слова) отражают более сложные, постоянные, устоявшиеся отношения человека. Измеряются не часами, днями, а месяцами, годами. Чувства

определяют динамику и содержание эмоций. Чем сильнее чувство, тем в меньшей мере его могут заслонить сиюминутные эмоции. Потребовалось бы множество поступков, чтобы отрицательные эмоции накопились и наступило бы заметное перерождение чувства, а тем более произошел бы его переход в противоположное.

Чувства различают по содержанию:

1. **Моральные** или нравственные - эмоциональное отношение личности к поведению других людей и своему. Возникают под влиянием нравственных норм общества и малых групп. К ним относятся: любовь, сострадание, доброжелательность, гуманность, преданность, чувство долга, дружба, симпатии, уважение, чувство чести и т.д.

Аморальные или безнравственные чувства: жадность, эгоизм, жестокость, злорадство, надменность и т.д.

2. **Интеллектуальные** - переживания, возникающие в ходе умственной деятельности, выражающие отношение личности к процессу познания. К ним относятся: удивление, любознательность, сомнение, радость открытия, любопытство, чувство юмора, ирония (хотя некоторые психологи два последних чувства относят к следующей группе чувств).

Чувство юмора – относительно-положительное отношение к другим людям с указанием на незначительные недостатки.

Чувство иронии – выражение остро-критического отношения.

3. **Эстетические** - чувства, возникающие при восприятии или созидании прекрасного в природе, искусстве и т.д. Переживаются как эмоции эстетического наслаждения, восторга или презрения, отвращения.

Моральные, интеллектуальные и эстетические чувства иногда именуют высшими чувствами, т.к. в них заключено все богатство эмоциональных отношений человека к действительности. Начинают развиваться у дошкольников.

По силе стремления к объекту выделяют такие виды чувств:

1. **Страсть** - устойчивое, глубокое и сильное чувство, определяющее направление мыслей и поступков человека. Страсть направляет все помыслы и действия человека на один объект. Страсть может быть положительной и отрицательной. Объектом страсти может быть другой человек, хобби, наука, алкоголь, наркотики, накопительство и т.п.

2. **Увлечение** - менее устойчивое, проходящее чувство (в спорте, любви и т.д.).

Чувства людей могут отличаться своей направленностью. Направленность чувств может быть альтруистической, практической, интеллектуальной, эстетической, гедонистской (потребность в душевном и телесном комфорте).

Животные также испытывают эмоции, но эмоции человека характеризуются определенными отличительными особенностями:

1. У человека гамма эмоций намного сложнее, даже в тех случаях, когда речь идет об аналогичных чувствах (гнев, страх, любопытство, веселое или подавленное состояние).
2. У человека много таких эмоциональных проявлений, чувств, которые отсутствуют у животных (высшие чувства).
3. Человек умеет владеть эмоциями и чувствами, сдерживать их неуместное проявление.

4. Эмоциональные свойства личности.

Отзывчивость - понимание другого человека, сочувствие, соучастие. Противоположные: черствость, безразличие.

Впечатлительность - эмоциональное качество, обусловленное познавательным отношением личности к предметному миру и людям (насколько эмоционально человек относится к происходящему).

Чувства также различаются по глубине, осознанности, генетическому происхождению, условиям возникновения и исчезновения, действию на организм, динамике развития, направленности, способу выражения и т.д. В зависимости от выраженности у человека этих качеств условно выделяют четыре типа людей:

Эмоциональные - возбудимые до аффекта, легко воспламеняющиеся, порывистые, импульсивные, переживание захватывает их целиком.

Сентиментальные - видят окружающий мир через призму переживаний, чувствительны, пассивны, мир переживаний замкнут на себе, любят свои переживаниями.

Страстные - действенные, живут богатой эмоциональной жизнью, кипучая энергия, трата сил без остатка.

Холодные - расчетливые, ум преобладает над чувствами, эмоции не отражаются ни на делах, ни на поступках.

Если человек лишен возможности испытывать чувства, то наступает "эмоциональный голод", который он стремится утолить, слушая любимую музыку, читая захватывающую книгу и т.д.

Кроме этого, чувства исторически и социально обусловлены. Они по-разному проявляются у разных народов, различны в разные исторические периоды. Чувства изменяются с развитием общества.

Тема 18. Воля

1. Общее понятие о воле.
2. Структура волевого действия.
3. Волевые качества личности.

1. Общее понятие о воле. Человек не только воспринимает окружающий мир, не только как-то к нему относится, но и сам воздействует на окружающий мир, преобразуя его в своих целях. Иногда достижение цели не представляет трудности и не требует усилий. Например, цель – прочитать очень интересную книгу, если она стоит на полке и человек обладает свободным временем. Но иногда достижение цели связано с преодолением препятствий и трудностей. Препятствия бывают двух видов: *внешние и внутренние*.

Внешние препятствия – это не зависящие от человека внешние помехи, противодействие других людей, природные препятствия.

Внутренние препятствия – зависят от самого человека (нежелание, лень, плохое настроение).

Воля – сознательное регулирование человеком своих действий, направленное на преодоление внешних и внутренних трудностей при достижении поставленных целей.

Воля обеспечивает выполнение двух важных функций:

1. ***Побудительная функция***: воля побуждает человека преодолевать трудности и достигать поставленные цели, побуждает человека к активности, даже если результаты деятельности будут заметны в далеком будущем.
2. ***Тормозная функция***: воля проявляется не только в умении достигать цель, но и в сдерживании нежелательных проявлений активности. Например, когда существует конфликт между социальными нормами и имеющимися у человека желаниями.

Ранее в понятие «воля» вкладывали другой смысл. Например, в средневековьи воля наделялась самостоятельным существованием и ею наделялись разные злые и добрые существа, т.к. отрицалось само-

стоятельное начало в поведении. Право на отклонение в поведении признавалось лишь за отдельными людьми (шаманом, кузнецом, разбойником). Павлов рассматривал волю как инстинкт свободы, т.е. проявление жизненной активности, когда она встречается с препятствиями, ограничивающими эту активность. Без воли всякое малейшее препятствие прерывало бы течение жизни.

Одним из наиболее характерных проявлений воли выступает поведение человека в условиях риска. Воля – необходимое условие риска.

Риск – характеристика деятельности при неопределенности для субъекта ее исхода и наличии его предположений о возможных неблагоприятных последствиях в случае неуспеха (наказание, травма, потеря престижа).

Во имя чего человек идет на риск, если знает, что вероятность неуспеха велика, а наказание за неудачу значительно? Выделяют два вида риска:

1. **Ситуативный риск** – расчет на выигрыш, ожидаемая величина которого в случае успеха превышает степень неблагоприятных последствий при неуспехе. Мотивация успеха здесь оказывается сильнее мотивации избегания неудачи. Такое поведение не столь большая редкость, хотя и требует от человека волевых решений.

Здесь выделяют оправданный и неоправданный риск. *Оправданный риск*, при всей неопределенности исхода и возможности неудачи, в отличие от *неоправданного риска*, предполагает все же разумное взвешивание всех «за» и «против». При этом возможны ситуации, где исход действия зависит от случая или же, где успех зависит от личных качеств рискующего человека. Установлено, что человек чаще рискует в ситуациях, связанных не с шансом (само получится), а при разумном учете своих способностей.

2. **Надситуативный риск** (риск ради риска) – бескорыстный риск, способность человека подниматься над уровнем требований ситуации, ставить цели, превосходящие исходную задачу. Факт существования бескорыстного риска выявляется экспериментально на специальном приборе – рискометре. Склонность к бескорыстному риску позволяет прогнозировать волевые действия людей в ситуациях действительной опасности. Люди, склонные к ситуативному риску тоже иногда могут рисковать ради риска. И, кроме этого, было бы ошибкой считать, что сильной волей обладают лишь те, кому свойственен бескорыстный риск. Иногда повседневная, неинтересная работа требует волевого

напряжения и волевых качеств, хотя и отличающихся от тех, которые нужны для непосредственного соприкосновения с опасностью, но не менее ценных.

2. Структура волевого действия. В структуре волевого действия (волевого акта) можно выделить несколько этапов.

1. Подготовительный. Основу воли, как и активности человека в целом, составляют его потребности, которые образуют мотивацию волевого действия. Мотив поясняет: а) почему у человека возникает состояние активности, т.е. какие потребности побуждают человека к деятельности, б) на что направлена активность, почему выбрано именно такое поведение, в) мотивация является средством саморегуляции поведения человека. К этим средствам относятся эмоции, желания, влечения. Эмоции могут изменить общую направленность деятельности, перестраивать поведение, вносить дополнительные побуждения. В зависимости от того, насколько осознана та или иная потребность, различают влечения и желания.

Влечение – мотив деятельности, представляющий собой недостаточно отчетливо осознанную потребность. Влечение смутно, неясно. Человек испытывая влечение, невольно стремится к объекту влечения. Иногда он не осознает, что является причиной. Иногда человек осознает, что ему что-то нужно, но не понимает что.

Желание – мотив деятельности, характеризующийся достаточной осознанностью потребности. При этом осознаются не только объекты потребности, но и возможные пути ее удовлетворения.

Таким образом, волевое действие имеет мотив. Мотивы волевых действий всегда имеют в большей или меньшей степени осознанный характер. Мотивы бывают *низшего уровня* (эгоистические) и *высшего уровня* (чувство долга). Иногда может возникать ситуация *борьбы мотивов*: одно желание противопоставляется другому желанию, сталкивается с ним. Может происходить борьба мотивов одного уровня (пойти погулять или посмотреть телевизор) или разного уровня (пойти погулять или подготовиться к занятиям). Борьба мотивов может переживаться мучительно, а может проходить безболезненно, в простом обсуждении доводов «за» и «против».

В результате обсуждения или борьбы мотивов принимается решение, т.е. избирается определенная цель и способ ее достижения.

2. Исполнительный. Принятое решение может быть сразу претворено в жизнь, а может быть несколько отсрочено. В последнем случае возникает длительное намерение. Считается что воля человека проявляется в том случае, если выполнены оба этапа.

Принятие решения и его исполнение нередко вызывают особое эмоциональное состояние, которое называют волевым усилием.

Волевое усилие – особое состояние нервно-психического напряжения, при котором происходит мобилизация физических, интеллектуальных и моральных сил человека. Волевое усилие – необходимый элемент всех героических поступков. Но волевое усилие нельзя отождествлять с мышечным усилием. В волевом усилии движения часто минимальны, а внутреннее напряжение может быть огромным. Хотя в волевом усилии может присутствовать и мышечное усилие (напрягать мышцы лица, сжимать кулаки).

Интенсивность волевого усилия зависит от следующих факторов: мировоззрения личности, моральной устойчивости, наличия общественной значимости целей, установки по отношению к деятельности, уровня самоорганизации и самоуправления личности.

3. Волевые качества личности. Воля – это власть над собой, своими чувствами, действиями. У разных людей эта власть обладает разной степенью выраженности. Человек, обладающий сильной волей, умеет преодолевать любые трудности, слабовольный человек пасует перед ними. Наиболее типичным проявлением слабой воли является **лень** – стремление человека отказаться от преодоления трудностей. Многие не считают лень недостатком, признают за собой это дефект и прячутся за ним как за ширмой.

Кроме этого, выделяют еще несколько **волевых качеств**:

Целеустремленность – подчинение человеком своего поведения какой-то жизненной цели и планомерное ее достижение.

Самостоятельность – подчинение своего поведения собственным взглядам и убеждениям, хотя самостоятельный человек всегда готов рассмотреть и чужие советы и если они разумны – принять их. Самостоятельность может быть противопоставлена с одной стороны- внушаемости, а с другой – упрямству. **Внушаемый** человек не имеет своего мнения и поступает под влиянием обстоятельств или давлением других людей. Следствием безволия является и **упрямство**, когда человек поступает вопреки доводам разума и советам окружающих.

Решительность – способность своевременно принимать нужные решения и выполнять их (но речь идет не о скоропалительных решениях). Особенно проявляется в сложных ситуациях или в ситуациях, связанных с риском. Противоположное качество – **нерешительность**.

Выдержка (самообладание) – способность постоянно контролировать свое поведение, воздерживаться от ненужных действий, сохранять хладнокровие в трудных обстоятельствах. Противоположное – импульсивность (от лат. «импульс» - толчок), когда человек действует по первому побуждению, не обдумывая свои поступки. Хотя, нужно отметить, что понятие выдержки несколько шире понятия самообладания.

Мужество и смелость – готовность идти к цели, несмотря на опасность для жизни, преодолевая невзгоды. Более сложным из этих двух является понятие мужество (оно предполагает наличие и смелости и выдержки и хладнокровия перед лицом опасности). Противоположное – **трусость**.

Дисциплинированность – подчинение своего поведения общественным правилам. Противоположное – **недисциплинированность**.

Люди различаются между собой также по тому, кому они склонны приписывать ответственность за свои поступки. Американским психологом Д. Роттером введено понятие «*локус контроля*» (от лат. locus – место, controle – проверка). Это качество, характеризующее склонность человека приписывать ответственность за результаты своей деятельности лишь внешним обстоятельствам или же, напротив, - собственным усилиям. Когда люди склонны приписывать причины своего поведения и свои деяния внешним факторам (обстоятельствам, судьбе, другим людям), говорят о *внешней локализации контроля*. Для таких людей чаще всего характерна неуверенность в своих способностях, неуравновешенность, безответственность, тревожность, подозрительность, агрессивность, конформность. Люди с *внутренней локализацией контроля* принимают ответственность за свои дела на себя. Такие люди, как правило, увереннее в себе, последовательней и настойчивее в достижении целей, склонны к самоанализу, уравновешены, общительны, доброжелательны, независимы.

Крайняя степень слабости находится за гранью нормы психики. Например, *абулия* (от греч. abule - безволие) - возникает на почве мозговой патологии, когда человек понимает необходимость выполнять распоряжения, но не может себя заставить что-либо предпринять.

Апраксия (от греч. *аргахia* – бездействие) – нарушается произвольная регуляция движений и действий, которые не подчиняются заданной программе. Человек, начав выполнять какое-либо действие, сразу прекращает или изменяет его в результате случайного воздействия.

Например, больной, проходя мимо раскрытого шкафа, вошел в него и не знал, что дальше делать.

Но это редкие явления, присущие людям с тяжелыми расстройствами психики. В остальных же случаях нужно заниматься воспитанием и самовоспитанием воли. Особенно важным этапом в волевом развитии является детский возраст. В первую очередь родители, а затем и учителя должны показывать, какие приемы развития воли наиболее эффективны, а какие не приносят пользы (например, не смеяться во время фильма, пройти по краю крыши, резать руку ножом). Большинство недостатков волевого поведения детей связаны, как правило, со вседозволенностью в семье или, наоборот, с перегрузкой детей непосильными заданиями (в результате формируется привычка не доводить начатые дела до конца). В воспитании воли важен и личный пример родителей, воспитателей, учителей, чтение смысловой литературы, просмотр фильмов. Кроме этого, важно, чтобы каждый человек занимался самовоспитанием воли. Прежде всего, воля формируется в малых, повседневных делах, т.к. преодолевая именно небольшие трудности, человек тренирует волю (режим дня, занятия спортом и т.д.)

Тема 19. **Возрастная психология**

1. Возрастная психология как отрасль психологических знаний.
2. Краткая психологическая характеристика возрастных периодов.
3. Фазы развития личности.

1. Возрастная психология как отрасль психологических знаний.

Возрастная психология как отрасль психологических знаний изучает факты и закономерности развития психики человека, а также развитие его личности на разных этапах онтогенеза. В соответствии с этим выделяются *детская, подростковая, юношеская психология, психология взрослого человека*, а также *геронтопсихология* (психология преклонного возраста). Каждый возрастной этап характеризуется совокупностью специфических закономерностей развития - основными достижениями, сопутствующими образованиями и новообразованиями, определяющими особенности конкретной ступени психического развития, в том числе особенности развития самосознания.

Прежде чем начать обсуждение самих закономерностей развития, обратимся к возрастной периодизации. **Возраст** – определенный, ограниченный относительно хронологическими границами период в психическом и физическом развитии ребенка. С точки зрения возрастной психологии критерии возрастной классификации определяются прежде всего конкретно-историческими, социально-экономическими условиями воспитания и развития, которые соотносятся с разными видами деятельности. Критерии классификации соотносятся также с возрастной физиологией, с созреванием психических функций, которые определяют само развитие и принципы обучения.

Так, Л. С. Выготский в качестве критерия возрастной периодизации рассматривал *психические новообразования*, характерные для конкретного этапа развития. Он выделял «стабильные» и «нестабильные» (критические) периоды развития. Определяющее значение он придавал периоду кризиса - времени, когда происходит качественная перестройка функций и отношений ребенка. В эти же периоды отмечаются значительные изменения в развитии личности ребенка. Согласно Л. С. Выготскому, переход от одного возраста к другому происходит революционным путем.

Критерием возрастной периодизации А. Н. Леонтьева являются *ведущие деятельности*. Развитие ведущей деятельности обуславливает главные изменения в психических процессах и психологических особенностях личности ребенка на данной стадии развития. «Дело в том, что как и всякое новое поколение, так и каждый отдельный человек, принадлежащий данному поколению, застает уже готовыми из-

вестные условия жизни. Они и делают возможным то или иное содержание его деятельности».

В основе возрастной периодизации Д. Б. Эльконина лежат *ведущие деятельности, определяющие возникновение психологических новообразований на конкретном этапе развития*. Рассматриваются отношения продуктивной деятельности и деятельности общения.

А. В. Петровский для каждого возрастного периода выделяет *три фазы вхождения в референтную общность*: адаптация, индивидуализация и интеграция, в которых происходят развитие и перестройка структуры личности.

Реально возрастная периодизация каждого отдельного человека зависит от условий его развития, от особенностей созревания морфологических структур, ответственных за развитие, а также от внутренней позиции самого человека, которая определяет развитие на более поздних этапах онтогенеза. Для каждого возраста существует своя специфическая «социальная ситуация», свои «ведущие психические функции» (Л. С. Выготский) и своя ведущая деятельность (А. Н. Леонтьев, Д. Б. Эльконин). Соотношение внешних социальных условий и внутренних условий созревания высших психических функций определяет общее движение развития. На каждом возрастном этапе обнаруживается избирательная чувствительность, восприимчивость к внешним воздействиям -- сензитивность. Л.С.Выготский придавал сензитивным периодам определяющее значение, считая, что преждевременное или запаздывающее по отношению к этому периоду обучение оказывается недостаточно эффективным.

Объективные, исторически обусловленные реальности существования человека по-своему влияют на него на разных этапах онтогенеза в зависимости от того, через какие ранее развившиеся психические функции они преломляются. При этом ребенок «заимствует только то, что ему подходит, гордо проходит мимо того, что превышает уровень его мышления».

Известно, что паспортный возраст и возраст «актуального развития» необязательно совпадают. Ребенок может опережать, отставать и соответствовать паспортному возрасту. Каждый ребенок имеет свой путь развития, и это следует считать его индивидуальной особенностью.

В рамках курса следует определить периоды, которые представляют возрастные достижения в психическом развитии в наиболее типичных пределах. Разные психологические школы по-разному определяли возрастные периоды психического развития. Например, еще Пифагор разделял весь жизненный путь на четыре периода: становление (весна) – от 0 до 20 лет, молодость (лето) – 20-40 лет, расцвет (осень) – 40-60 лет, старость или угасание (зима) – 60-80 лет.

В настоящее время в отечественной психологии принята следующая классификация возрастных периодов: младенчество (до 1 года), раннее детство (1-3), дошкольный возраст (4-6-7), младший школьный возраст (7-11), подростковый возраст (12-15), юность (16-18), молодость (19-25), взрослость (25-50), зрелость или старость (50-...).

Возрастные периоды объединяют в эпохи:

I. Детство.

Младенчество (от 0 до 12-14 мес).

Ранний возраст (1 до 3 лет).

Дошкольный возраст (3 до 6-7 лет).

Младший школьный возраст (от 6-7 до 10-11 лет).

II. Отрочество (от 11-12 до 15-16 лет) и т.д.

Возрастная периодизация позволяет описывать факты психической жизни ребенка в контексте пределов возраста и интерпретировать закономерности достижений и негативных образований в конкретные периоды развития.

Возрастные кризисы, как особые возрастные периоды, характеризуются кардинальными психологическими изменениями. Согласно принятой в отечественной психологии позиции, возрастные кризисы разделяют стабильные возрастные периоды и связаны с преобразованием социальной ситуации развития. Суть возрастного кризиса состоит в изменении системы связей ребенка с окружающей его действительностью и его отношения к этой действительности. В теории деятельности — со сменой типа ведущей деятельности. Симптоматически возрастные кризисы проявляются в трудновоспитуемости ребенка, эмоциональной неустойчивости, что свидетельствует об изменении отношения ребенка к окружающим, в первую очередь, к близким взрослым. Согласно базовым положениям возрастной психологии, В. к. являются необходимыми этапами развития. Специфика поведения и эмоциональная динамика в эти периоды объясняются возникновением

новой временной перспективы, обесцениванием наличных форм взаимодействия с окружающими, истощением развивающего потенциала деятельности предшествующего возрастного периода. Конфликты обнажают и обостряют противоречия между действительным и желаемым местом ребенка в обществе и провоцируют, с одной стороны, изменение отношения взрослых и, с другой стороны, возникновение у ребенка новых характеристик самосознания, мотивирующих изменения ведущей деятельности. Принято выделять следующие возрастные кризисы: *кризис одного года, кризис трех лет, кризис семи лет, подростковый кризис, юношеский кризис*. Хронологические границы возрастных кризисов условны и зависят как от индивидуального темпа, так и от социальной ситуации развития. Так, кризис семи лет в последнее десятилетие сместился к шести годам в связи с изменением сроков начала обучения и, как следствие, с изменением системы воспитания в дошкольных учреждениях и в семье и с более интенсивной подготовкой к школе.

2. Краткая психологическая характеристика возрастных периодов. Первый критический период развития ребенка — период **новорожденности**.

Психоаналитики говорят, что это первая травма, которую переживает ребенок, и она настолько сильна, что вся последующая жизнь проходит под знаком этой травмы.

Кризис новорожденности — промежуточный период между внутриутробным и внеутробным образом жизни. Если бы с новорожденным существом не было взрослого человека, то через несколько часов это существо должно было погибнуть. Переход к новому типу функционирования обеспечивается только взрослым. Взрослый охраняет ребенка от яркого света, защищает его от холода, оберегает от шума, обеспечивает питанием и т. д.

Ребенок наиболее беспомощен в момент своего рождения. У него нет ни единой сложившейся формы поведения. В ходе антропогенеза практически исчезли какие бы то ни было инстинктивные функциональные системы. К моменту рождения у ребенка нет ни одного заранее сформированного поведенческого акта. Все складывается при жизни. В этом и заключается биологическая сущность беспомощности.

Наблюдая новорожденного, можно видеть, что даже сосанию ре-

бенок учится. Терморегуляция отсутствует. Правда, у ребенка есть врожденные рефлексы (хватательный и др.). Однако эти рефлексы не служат основой для формирования человеческих форм поведения. Они должны отмереть для того, чтобы сформировался акт хватания или ходьба.

Таким образом, период времени, когда ребенок отделен от матери физически, но связан с ней физиологически, и составляет период новорожденности. Этот период характеризуется катастрофическим изменением условий жизни, помноженным на беспомощность ребенка. Все это могло бы привести к гибели ребенка, если бы не сложилась особая социальная ситуация его развития. С самого начала возникает ситуация объективно необходимых отношений между ребенком и взрослым. Все условия жизни ребенка сразу же социально опосредованы

Первый объект, который ребенок выделяет из окружающей действительности, — человеческое лицо. Может быть, это происходит потому, что это раздражитель, который чаще всего находится с ребенком в самые важные моменты удовлетворения его органических потребностей

Из реакции сосредоточения на лице матери возникает важное новообразование периода новорожденности — **комплекс оживления**. Комплекс оживления — это эмоционально-положительная реакция, которая сопровождается движениями и звуками. До этого движения ребенка были хаотичны, некоординированы. В комплексе зарождается координация движений. Комплекс оживления — это первый акт поведения, акт выделения взрослого. Это и первый акт общения. Комплекс оживления — это не просто реакция, это попытка воздействовать на взрослого.

Комплекс оживления — основное новообразование критического периода. Оно знаменует собой конец новорожденности и начало новой стадии развития — младенчества. Поэтому появление комплекса оживления представляет собой психологический критерий конца кризиса новорожденности. Физиологический критерий конца новорожденности — появление зрительного и слухового сосредоточения, возможность появления условных рефлексов на зрительные и слуховые раздражители.

Стадия младенчества. Социальная ситуация неразрывного един-

ства ребенка и взрослого содержит в себе противоречие, ребенок максимально нуждается во взрослом и в то же время не имеет специфических средств воздействия на него. Это противоречие решается на протяжении всего периода младенчества.

Социальная ситуация общей жизни ребенка с матерью приводит к возникновению нового типа деятельности — непосредственного эмоционального общения ребенка и матери. Специфическая особенность этого типа деятельности состоит в том, что предмет этой деятельности — другой человек. Но если предмет деятельности — другой человек, то эта деятельность суть общение. Со стороны взрослого ребенок становится предметом деятельности. Со стороны ребенка можно наблюдать возникновение первых форм воздействия на взрослого. Так, очень скоро голосовые реакции ребенка приобретают характер эмоционально активного призыва, хныканье превращается в поведенческий акт, направленный на взрослого человека. Это еще не речь в собственном смысле слова, пока это лишь только эмоционально-выразительные реакции.

Общение в этот период должно носить эмоционально-положительный характер. Тем самым у ребенка создается эмоционально-положительный характер. Тем самым у ребенка создается эмоционально-положительный тонус, что служит признаком физического и психического здоровья.

Большинство исследователей отмечали, что отрыв ребенка от матери в первые годы жизни вызывает значительные нарушения в психическом развитии ребенка, что накладывает неизгладимый отпечаток на всю его жизнь. Описаны многочисленные симптомы нарушения поведения и задержки психического и физического развития детей, воспитывавшихся в детских учреждениях. Несмотря на то, что уход, питание, гигиенические условия в этих учреждениях были хорошими, процент смертности был очень большим. Во многих работах указывается, что в условиях госпитализма страдает предречевое и речевое развитие, разлука с матерью сказывается на развитии познавательных функций, на эмоциональном развитии ребенка. Способность ребенка любить окружающих тесно связана с тем, сколько любви он получил сам, и в какой форме она выражалась.

Социальная ситуация психического развития ребенка младенческого возраста — ситуация неразрывного единства ребенка и взрослого, социальная ситуация комфорта.

К девяти месяцам (начало кризиса первого года) ребенок становится на ножки, начинает ходить. Главное в акте ходьбы не только то, что расширяется пространство ребенка, но и то, что ребенок отделяет себя от взрослого. Впервые происходит раздробление единой социальной ситуации «Мы», теперь не мама ведет ребенка, а он ведет маму, куда хочет. Ходьба — первое основное новообразование младенческого возраста, знаменующее собой разрыв старой ситуации развития.

Второе основное новообразование этого возраста — появление первого слова. Особенность первых слов в том, что они носят характер указательных жестов. Ходьба и обогащение предметных действий требуют речи, которая бы удовлетворяла общение по поводу предметов. Речь, как и все новообразования возраста, носит переходный характер. Это автономная, ситуативная, эмоционально окрашенная речь, понятная только близким. Это речь специфическая по своей структуре, состоящая из обрывков слов. Но какой бы ни была эта речь, она представляет собой новое качество, которое может служить критерием того, что старая социальная ситуация развития ребенка распалась. Там, где было единство, стало двое: взрослый и ребенок. Между ними выросло новое содержание — предметная деятельность.

Новообразования: первые шаги и первые слова. **Ведущая деятельность:** непосредственное эмоциональное общение ребенка и матери.

Кризис одного года. Ребенок переходит к предметно-манипулятивной деятельности с предметами, но эта деятельность может успешно осуществляться только совместно со взрослыми. Кризис проявляется в том, что ребенок хочет действовать сам, но не владеет предметными действиями.

Ранний возраст. Как подчеркивал Д. Б. Эльконин, в конце первого года жизни социальная ситуация полной слитности ребенка со взрослым взрывается изнутри. В ней появляются двое: ребенок и взрослый. В этом суть кризиса первого года жизни. В этом возрасте ребенок приобретает некоторую степень самостоятельности: появляются первые слова, ребенок начинает ходить, развиваются действия с предметами. Однако диапазон возможностей ребенка еще очень ограничен.

Социальная ситуация развития в раннем возрасте такова: «Ребе-

нок—предмет—взрослый». В этом возрасте ребенок целиком поглощен предметом.

Социальная ситуация совместной деятельности ребенка и взрослого содержит в себе противоречие. В этой ситуации способ действия с предметом, образец действия принадлежит взрослому, а ребенок в то же время должен выполнять индивидуальное действие. Это противоречие решается в новом типе деятельности, который рождается в период раннего возраста. Это предметная деятельность, направленная на усвоение общественно выработанных способов действия с предметами. Общение в этом возрасте становится формой организации предметной деятельности.

На этом этапе ребенок учится владеть собственным телом, прямой походкой. На втором году начинает сам искать препятствия при передвижении. Их преодоление вызывает положительные эмоции. Умение ходить приводит к способности ориентироваться в пространстве (понятия расстояния, направления), кроме этого расширяется круг вещей познания. С помощью взрослых закрепляется постоянное значение предметов.

К трем годам появляются новые виды деятельности – рисование, лепка, конструирование. Также одним из основных достижений является овладение речью. До полутора лет в словарном запасе ребенка от 30 до 100 слов, к концу второго года – 300 слов, к трем годам – 1500. Кроме этого, ребенок овладевает звуковой стороной и грамматическим строем языка. Если в один - два года предложения ребенка состоят из аморфных слов-корней или однословных-двухсловных предложений, то к трем годам уже используются и падежные окончания. Формирование активной речи служит основой всего психического развития.

Мышление по-прежнему носит наглядно-действенный характер и осуществляется в процессе решения предметных задач. К трем годам ребенок становится способным к самообслуживанию, умеет общаться, активен, понятен окружающим, самостоятелен. Ребенок начинает отделять себя от взрослого, относиться к себе, как к самостоятельному «я» (появляется личное местоимение). Т.о., возникают начальные формы самосознания.

Новообразования: речь, самосознание, наглядно-действенное мышление. **Ведущая деятельность:** предметно-манипулятивная игра.

Кризис трех лет. Знаменитый кризис трех лет впервые был описан Эльзой Келер в работе «О личности трехлетнего ребенка». Ею были выделены несколько важных симптомов этого кризиса.

1. *Негативизм.* Это отрицательная реакция, связанная с отношением одного человека к другому человеку. Ребенок отказывается вообще подчиняться определенным требованиям взрослых. Негативизм нельзя смешивать с непослушанием. Непослушание бывает и в более раннем возрасте.

2. *Упрямство.* Это реакция на свое собственное решение. Упрямство не следует смешивать с настойчивостью. Упрямство состоит в том, что ребенок настаивает на своем требовании, на своем решении. Здесь происходит выделение личности и выдвигается требование, чтобы с этой личностью считались.

3. *Строптивость.* Близка к негативизму и упрямству, но имеет специфические особенности. Строптивость носит более генерализованный и более безличный характер. Это протест против порядков, которые существуют дома.

4. *Своеволие.* Стремление к эмансипации от взрослого. Ребенок сам хочет что-то делать. Отчасти это напоминает кризис первого года, но там ребенок стремился к физической самостоятельности. Здесь речь идет о более глубоких вещах — о самостоятельности намерения, замысла.

5. *Обещивание взрослых.*

6. *Протест-бунт,* который проявляется в частых ссорах с родителями.

7. В семье с единственным ребенком встречается *стремление к деспотизму.* Ребенок проявляет деспотическую власть по отношению ко всему окружающему и изыскивает для этого множество способов.

Кризис трех лет представляет собой ломку взаимоотношений, которые существовали до сих пор между ребенком и взрослым. К концу раннего возраста возникает тенденция к самостоятельной деятельности, которая знаменует собой то, что взрослые больше не закрыты для ребенка предметом и способом действия с ним, а как бы впервые раскрываются перед ним, выступают как носители образцов действий и отношений в окружающем мире.

Феномен «Я сам» означает не только возникновение внешне заметной самостоятельности, но и одновременно отделение ребенка от взрослого человека. В результате такого отделения взрослые как бы впервые возникают в мире детской жизни. Мир детской жизни из ми-

ра, ограниченного предметами, превращается в мир взрослых людей.

Из новообразований кризиса трех лет возникает тенденция к самостоятельной деятельности, в то же время похожей на деятельность взрослого — ведь взрослые выступают для ребенка как образцы, и ребенок хочет действовать, как они. Кризис разрешается путем перехода к игровой деятельности (в игре можно самостоятельно быть шофером, врачом и т.д.). Тенденция жить общей жизнью со взрослым проходит через все детство; ребенок, отделяясь от взрослого, устанавливает с ним более глубокие отношения.

Дошкольный возраст. На этом этапе происходит становление скелета, увеличение массы мышц, развитие органов дыхания и кровообращения. Увеличивается вес головного мозга. Усиливается регулирующая роль коры больших полушарий. Возрастает скорость образования условных рефлексов, интенсивно развивается вторая сигнальная система.

Социальная ситуация совместной деятельности ребенка со взрослым распадается. Отделение от взрослого создает новую социальную ситуацию, в которой ребенок стремится к самостоятельности. Тенденция естественна и постоянна. Так как ребенок уже открыл, что существуют взрослые, то перед ним возникает сложный мир взрослых людей. До этого времени ребенок привык жить вместе со взрослыми. Эта тенденция сохраняется, но должна быть другая совместная жизнь — жизнь ребенка в жизни взрослых. Ребенок уже самостоятельно выполняет указания взрослых. Возрастает осознание собственного «я» и своих поступков. Но ребенок не может еще принять участие в той жизни, которую ведут взрослые, и тенденция превращается в идеальную форму совместной со взрослыми жизни. Такой формой идеальной совместной жизни со взрослыми становится для ребенка игра.

Единица игры включает следующие компоненты:

- 1) роль взрослого человека, которую ребенок берет на себя;
- 2) мнимая ситуация, создаваемая для воплощения ребенком своей роли в жизнь; содержание этой ситуации составляет замещение предметов (игрушки);
- 3) игровые действия; так как ребенок имеет дело не с теми предметами, которые использует взрослый, то с ними нельзя работать так, как работает взрослый.

Таким образом, игра чувствительна к сфере человеческих отношений

и общественных функций. В игре воссоздается общий смысл человеческого труда, норм и способов взаимоотношения людей. В ней в идеальной форме воспроизводится смысл человеческой деятельности и система тех отношений, в которые вступают взрослые люди в их реальной жизни. Игра имеет громадное значение для развития личности ребенка.

Развитие игры на протяжении дошкольного возраста идет по нескольким линиям.

1. Сюжеты игр бесконечно многообразны, и у разных народов преимущество отдается своим сюжетам. Однако можно выявить общую линию из развития: от игр с бытовыми сюжетами к играм с «производственными» сюжетами (труд, обслуживание), а далее — с общественно-политическими сюжетами. Это дает детям возможность воспроизводить самые различные свойства человеческой деятельности и, кроме того, позволяет вовлекать в игру любое количество детей, т. е. воспроизводить более широкую систему отношений. Через игру ребенок может, однако, воспринять любую мораль — и хорошую, и плохую, ибо он играет в реальную жизнь.

2. Отношение между воображаемой ситуацией и правилом. Вначале правило игры скрыто за ролью. Л. С. Выготский полагал, что все игры с правилами возникли из игр в мнимой ситуации. Когда воображаемая ситуация свертывается, то правило разворачивается.

3. Изменяется характер переноса значений с одного предмета на другой. Сначала требуется какое-то внешнее сходство игрушки с реальным предметом. Позднее сходство постепенно теряет свою важность.

4. Сами действия ребенка становятся все более и более сокращенными, превращаясь в символические.

К. Оталора выявила наиболее характерные виды игр:

— игра-развлечение — ее цель развеселить участников (например, догнать друг друга и пощекотать);

— игра-упражнение — отсутствует сюжет, преобладают физические действия, которые несколько раз повторяются (ползать по бревну, бороться друг с другом и т. п.)

— сюжетная игра есть воображаемая ситуация и игровые действия;

— процессуально-подражательная игра — воспроизведение действий или ситуаций, которые ребенок наблюдает в реальной жизни;

— традиционная игра — та, которая передается из поколения в поколение, имеет правила.

Детская игра имеет историческую и социальную природу, а не биологическую. В разных культурах и обществах детские игры меняют свое содержание и формы.

В игре существуют два плана отношений детей: 1) игровые (отношения детей друг к другу как к ролям); 2) реальные (отношения детей между собой). На первых этапах ведущими выступают реальные отношения — они сохраняются и в распределении ролей в игре. По мере развития игр реальные отношения начинают подчиняться игровым.

Игра развивается не столько вокруг мотивационной и смысловой деятельности людей. Этому содействует сведение до минимума операциональной и увеличение символической стороны деятельности в игре. Значение символики заключается не только в том, что она создает для ребенка поле значений, но и позволяет ему воспроизводить в игре систему отношений взрослых, систему моральных отношений, абстрагируясь от вещной и операциональной сторон.

Перенос значений в игре — путь к символическому мышлению. Подчинение правилам в игре — школа произвольного поведения. Но эти два аспекта психики могут развиваться у ребенка не только в игре, а, например, и в процессе рисования, конструирования и т. д.

Есть одна функция интеллекта, в которой роль игры еще не оценена должным образом. Детское мышление имеет свои характерные черты. Одна из них — феномен центрации: ребенок видит окружающий мир только с той позиции, в которой он стоит. В игре же ребенок все время «вращается», меняет свою позицию. Одни и те же предметы открываются перед ним с разных сторон. Иными словами, игра служит децентрации детей, что способствует становлению у них логического мышления.

Кроме игры в дошкольном возрасте есть, конечно, и другие виды деятельности, например, ее продуктивные виды (рисование, лепка и т. д.). Характерная их черта состоит в том, что они имеют замысел, который реализуется в известных условиях при использовании известных материалов и с помощью известных орудий. По своей психологической структуре эти виды деятельности сходны с серьезной продуктивной деятельностью. Некоторые психологи их называют творческими.

По Пиаже, мышление детей в этот период находится на уровне конкретных операций, т. е. оно — наглядно-образное. Феномен цен-

трации — основная особенность, которая обуславливает остальные его характеристики: отсутствие понимания противоречий, отсутствие дискурсивности. С этим связана эгоцентрическая логика ребенка.

С концом дошкольного детства связан **кризис семи лет**, один из основных симптомов которого — потеря ребенком непосредственности. При этом дети нередко начинают манерничать и паясничать. Представим, к примеру, хромого ребенка. Будучи дошкольником, он не обращал внимания на издевательства своих товарищей. Он мог часто плакать, но это в нем не оставляло следа. Вдруг он стал отказываться выходить на улицу, замкнулся в себе, хотя и не подавал виду, что огорчен. Происходящие переживания при их концентрации привели ребенка к потере непосредственности и даже к манерничанью как особому способу самозащиты.

Примером этого кризиса может быть симптом «горькой конфеты», когда ребенку плохо, но он старается этого не показать, и если за плохую работу ребенок оценивается хорошо, то это его огорчает. Возникают трудности воспитания, ребенок замыкается в себе и становится неуправляемым. Нужно отметить, что кризис 7 лет изучен пока очень мало.

Младший школьный возраст. Это период детства, ведущей в котором становится учебная деятельность. С момента поступления ребенка в школу она начинает опосредовать всю систему его отношений. Один из ее парадоксов заключается в следующем: будучи общественной по своему смыслу, содержанию и форме, она вместе с тем осуществляется сугубо индивидуально, а ее продукты есть продукты индивидуального усвоения.

В процессе учебной деятельности ребенок осваивает знания и умения, выработанные человечеством. Но ребенок их не изменяет. Что же тогда он делает? Оказывается, что предметом изменения в учебной деятельности является сам ее субъект. Конечно, субъект изменяется в любой другой деятельности, но нигде больше он не становится специальным предметом изменения. Именно субъект учебной деятельности ставит перед собой задачу измениться посредством ее развернутого осуществления.

Вторая особенность этой деятельности — приобретение ребенком умения подчинять свою работу на различных занятиях массе обязательных для всех правил как общественно выработанной системе.

Подчинение правилам формирует у ребенка умение регулировать свое поведение и тем самым более высокие формы произвольного управления им.

Основным новообразованием младшего школьного возраста является отвлеченное словесно-логическое и рассуждающее мышление, возникновение которого существенно перестраивает другие познавательные процессы детей; так, память в этом возрасте становится мыслящей, а восприятие — думающим. Благодаря такому мышлению, памяти и восприятию дети способны в последующем успешно осваивать подлинно научные понятия и оперировать ими. Другим важным новообразованием этого возраста можно назвать умение детей произвольно регулировать свое поведение и управлять им, что становится важным качеством личности ребенка.

Поступление в школу значительно расширяет круг социальных контактов ребенка, что неизбежно влияет на его «Я-концепцию». Школа способствует самостоятельности ребенка, его эмансипации от родителей, предоставляет ему широкие возможности для изучения окружающего мира — как физического, так и социального. В школе приобретают более важное значение его собственные действия и проявления, он уже вынужден отвечать за себя сам. Здесь он сразу же становится объектом оценки с точки зрения интеллектуальных, социальных и физических возможностей. Вследствие этого школа неизбежно становится источником впечатлений, на основе которых начинается бурное развитие самооценки ребенка. В школе его достижения и неудачи приобретают официальный характер, постоянно регистрируются и провозглашаются публично. В результате ребенок оказывается перед необходимостью принять дух этого оценочного подхода, который отныне будет пронизывать всю его школьную жизнь. Если в учебных ситуациях школьник будет получать преимущественно отрицательный опыт, то вполне возможно, что у него сформируется не только негативное представление о себе как об учащемся, но и негативная общая самооценка, что обрекает его на неудачу. В школе стало также традицией делать успеваемость предметом конкурентной борьбы; при этом страх детей потерпеть в ней поражение используется как основное средство учебной мотивации. Тем самым в самой системе образования заложено формирование потенциально заниженной самооценки у детей, а это ведет к тому, что большинство из них будут ощущать себя неспособными к учебе или вообще неудачниками. По-

этому нет ничего удивительного в том, что средняя самооценка школьников в интервале от второго до седьмого класса характеризуется устойчивым и неуклонным снижением.

Начало школьной жизни вызывает снижение самооценки у всех людей. Это свидетельствует о том, что пребывание в школе рассчитано не на эмоциональное развитие, а лишь на развитие познавательное.

На основе современных научных данных мы можем с достаточной уверенностью утверждать, что связь между успеваемостью школьников и их представлениями о своих учебных способностях носит характер взаимовлияния. Успехи в учебе способствуют росту самооценки, а самооценка, в свою очередь, воздействует на уровень учебных успехов через механизмы ожиданий, притязаний, стандартов, мотивации и уверенности в своих силах. Таким образом, низкая самооценка подрывает уверенность школьника в своих силах и формирует у него низкий уровень ожиданий, а низкая успеваемость снижает самооценку. Некоторые исследователи указывают, что в возрасте девяти лет самооценка детей резко падает, что свидетельствует о наличии в школьной жизни стрессогенных для ребенка факторов и о том, что школьная организация в целом никак не ориентирована на создание для учащихся благоприятной эмоциональной атмосферы.

Новообразования: отвлеченное словесно-логическое и рассуждающее мышление, произвольность психических процессов (памяти, внимания), рефлексия (ребенок учиться сам анализировать свои поступки, действия), самоконтроль и самооценка. Причем, самооценка строится в основном на мнении учителя и родителей. **Ведущая деятельность:** учебная деятельность.

Кризис одиннадцати лет самый малозаметный и безболезненный из всех возрастных кризисов и заключается в переходе в среднее звено школы (вместо одного учителя – много, новые предметы и т.д.).

Подростковый возраст. Это возраст переломный, т.к. происходят радикальные изменения в физическом развитии. Важной особенностью физического развития на данном этапе является половое созревание. Происходит так называемая «гормональная буря», т.е. активизируется работа желез внутренней секреции. Половое созревание происходит в два этапа.

1 этап (4-6 классы). Один из отделов ЦНС, гипоталамус, т.н. «высший центр эндокринной системы», выделяет гормоны, поступа-

ющие в гипофиз, который в свою очередь выделяет гормоны, оказывающие влияние на функции всех желез внутренней секреции (половых, щитовидных, надпочечников). На данном этапе активность отделов нервной системы - гипоталамуса и гипофиза, - возрастает (они выделяют большое количество гормонов), но еще не произошли сдвиги в общем физическом развитии организма, в развитии половых признаков. То есть эти центры находятся в большей активности, чем это необходимо организму, что приводит к состоянию перевозбуждения (в нервных центрах возбуждение преобладает над торможением). Поэтому на первом этапе подростки чрезмерно и неадекватно реагируют на внешние воздействия. У девочек в большей мере происходят нарушения эмоциональной сферы (становятся более обидчивыми, резко меняется настроение), мальчики становятся более шумными, действия часто сопровождаются ненужными движениями. У подростков нарушается координация движений, т.к. происходит скачек в росте. Портится почерк, который затем может и не восстановиться. Речь может стать замедленной. Подростки не всегда быстро реагируют на замечания взрослых. Ответы их становятся скудными и однозначными. Иногда это производит впечатление неподготовленности к уроку, из-за этого снижается оценка. На этом этапе у подростков обнаруживается недостаточно высокая работоспособность (быстрее устают).

2 этап. Характеризуется повышенным влиянием половых гормонов на организм, происходит развитие вторичных половых признаков, появляется половое влечение. На этом этапе изменяется и общее состояние подростков: они становятся менее раздражительными, более уверенными. Если младшие подростки нуждаются в щадящем режиме, то у старших подростков избыток энергии. Появляется интерес к своей внешности. Но наблюдается некоторое противоречие между зрелостью физической и незрелостью нравственной.

В нормальной ситуации половое созревание начинается у девочек в 11-13 лет (4-6 классы), у мальчиков – в 13-15 лет. Но иногда наблюдается акселерация: у девочек развитие начинается уже в 9-10 лет, у мальчиков – в 12-13. Реже наблюдается явление ретардации, т.е. замедление полового созревания. В будущем у ретардантов больше склонностей к невротическим симптомам, тревожности, но они и более чувствительны. Акселераты же более приземленные, более оптимистичные, легче приспосабливаются в жизни.

У подростков меняется облик, пропорции тела приближаются к взрослым. Интенсивно развивается лицевая часть черепа, но мозг увеличивается незначительно. Позвоночник отстает в годичной прибавке от темпа роста тела в длину. До 14 лет пространство между позвонками заполнено хрящевой тканью, поэтому позвоночник податлив к искривлению (например, прыжки с большой высоты, высокие каблуки – все это может привести к смещению еще не сросшихся костей таза девушки, что может в будущем повлиять на роды). Происходит развитие мышечной массы у мальчиков – по мужскому типу, у девочек – по женскому. Расширяются физические возможности у мальчиков, но их мышцы более утомляемы, чем у взрослых. Сердце растет быстрее, чем кровеносные сосуды. Это приводит к функциональным нарушениям в деятельности сердечно-сосудистой системы (часты сердцебиения, повышенное давление, головокружения, головные боли, быстрая утомляемость).

А. Гезел, описал особенности биологического созревания, интересов и поведения детей в юношеском возрасте. Переход от детства к взрослости продолжается от 11 до 21 года, особенно важны первые пять лет (с 11 до 16).

10 лет — *ребенок*. Уравновешен, доверчив, ровен с родителями, мало заботится о внешности, легко воспринимает жизнь.

11 лет — *ребенок*. Импульсивен, частая смена настроения, бунт против родителей, ссоры со сверстниками.

12 лет — *ребенок*. Вспыльчивость частично проходит, отношение к миру более позитивно, растет автономия от семьи, растет влияние сверстников, заботится о внешности, растет интерес к противоположному полу.

13 лет — *подросток*. Обращенность внутрь (интровертность), самокритичность, чувствителен к критике, критически относится к родителям, избирателен в дружбе.

14 лет — *подросток*. Экстраверсия, энергичен, общителен, уверенность в себе, интерес к другим людям, обсуждает себя и сравнивает с героями.

15 лет — *подросток*. «Приобретаются» индивидуальные различия: дух независимости, свобода от внешнего контроля, начало сознательного самовоспитания. Ранимость, восприимчивость к вредным влияниям.

16 лет — *подросток*. Равновесие. Мятежность уступает место

жизнерадостности, увеличивается внутренняя самостоятельность, эмоциональная уравновешенность, общительность.

Бюлер выделяет две фазы переходного возраста: негативную и позитивную:

Негативная	Позитивная
Начало в допубертатный период (беспокойство, тревога, раздражительность). Период мечтаний, противоречивых чувств, меланхолии	Постоянная близость с природой, по-новому воспринимает искусство, появляется новый мир ценностей, потребность в интимной человеческой близости

Согласно теории Левина, важными процессами переходного возраста являются расширение жизненного мира личности, круга ее общения, групповой принадлежности и типа людей, на которых она ориентируется. Поведение подростка определяется промежуточностью (маргинальностью) его положения. Это проявляется в психике, для которой типичны внутренняя застенчивость, неопределенность уровня притязаний, внутренние противоречия, агрессивность, склонность к крайним точкам зрения и позициям. Конфликтность тем больше, чем резче различия между миром детства и миром взрослости. Процесс развития взрослости будет протекать нормально, если будет осуществляться под руководством взрослых: необходимо увеличить самостоятельность подростка, расширить обязанности и права, дать возможность сотрудничать со взрослыми. Но развитие взрослости может идти и по неверному пути. Например, иногда подростки начинают подражать внешним проявлениям взрослости (курение, вино, специфический лексикон, косметика). Подражая в этом взрослым, подростку кажется, что он выглядит взрослым. Этот способ самый легкий и заметный для окружающих, поэтому чаще используемый.

В подростковом возрасте происходит отдаление детей от взрослых. Поэтому подросток реализует свою потребность в общении через взаимодействие со сверстниками. Подросток стремится найти свое место в группе, самоутвердиться. Причем, существуют *позитивные*

формы самоутверждения (знания, спорт, кружки и другие личные достижения) и *негативные* (стычки, демонстративные разборки на уроках, нарушения требований взрослых, погоня за ошибками учителя и др.).

В общении со сверстниками складывается кодекс товарищества, возрастает потребность в лучшем друге. Т.о. учение как ведущий вид деятельности отступает на второй план, а ведущим видом будет *интимно-личностное общение* со сверстниками.

В подростковом возрасте заканчивается процесс *формирования самосознания*. Для подростков характерна склонность к самоанализу, самонаблюдению, чаще наблюдается заниженная самооценка. Причем, самооценка большей частью строится не на оценке учителей (как у младших школьников), а на мнениях сверстников. Важным признаком развития самосознания и одним из центральных новообразований подросткового возраста является появление *чувства взрослости*. Подросток начинает осознавать, что он уже не ребенок, и испытывать потребность быть принятым в мир взрослых. Подросток становится восприимчив к усвоению норм, ценностей и способов поведения, которые существуют в мире взрослых. Выделяют следующие типы самоотношения подростка:

1. «Самооценка» ребенка является прямым воспроизведением оценки матери. Дети отмечают в себе, прежде всего, те качества, которые подчеркиваются родителями. Если внушается негативный образ и ребенок разделяет полностью эту точку зрения, у него формируется устойчивое негативное отношение к себе с преобладанием чувства неполноценности и само неприятия. Для ребенка с узким диапазоном социальных контактов вне семьи родительские оценки становятся единственными внутренними самооценками в силу авторитетности и значимости родителей, тесной эмоциональной связи с ними.
2. Смешанная самооценка, в которой существуют противоречивые компоненты: один — это формирующийся у подростка образ своего «Я» в связи с успешным опытом социального взаимодействия, второй — отголосок родительского видения ребенка. Образ «Я» оказывается противоречивым. Тем не менее ребенку удастся в некоторой степени разрешить конфликт: успешность взаимодействия вне семьи позволяет ему испытывать необходимое чувство самоуважения, а, принимая родительские требования, он сохраняет аутосимпатию и чувство близости с родителями.

3. Подросток воспроизводит точку зрения родителей на себя, но дает ей другую оценку. Упрямство не называет бесхарактерностью. Поскольку для подростка этого возраста по-прежнему важны одобрение и поддержка взрослых, то ради сохранения чувства «Мы» им воспроизводится негативная оценка своего «упрямого» поведения. Но одновременно послушание означает отказ от автономности и утрату собственного «Я». Переживания этого конфликта как невозможность ответа требованиям родителей и сохранения своего «Я» приводили к тому, что подросток оценивает себя как плохого, но сильного.

4. Подросток ведет борьбу против мнения родителей, но при этом оценивает себя в рамках той же системы ценностей. В данном случае ребенок воспроизводит в самооценке не реальную оценку родителей, а их идеализированные ожидания.

5. Подросток воспроизводит в самооценке негативное мнение родителей о себе, но при этом подчеркивает, что таким он и хочет быть. Это отвержение родительских требований приводит к очень напряженным отношениям в семье.

6. Подросток не замечает негативной оценки родителей. Ожидаемая оценка значительно выше самооценки, хотя реальная родительская оценка является негативной. Игнорируя реальное эмоциональное отвержение со стороны родителей, ребенок трансформирует в самосознании родительское отношение так, как если бы он был любим и ценным. Наиболее часто встречающаяся причина детско-родительских конфликтов связана с родительским переживанием утраты близости с ребенком и безуспешными попытками воспитать его в строгом соответствии со своим замыслом.

Можно установить некоторые механизмы воздействия родительского отношения на самооценку ребенка. При симметричном стиле общения арсенал средств общения, используемый родителями, направлен на поддержку инициативы подростка, его уверенности в себе и чувства принадлежности к семейному «Мы». Формируется система собственных критериев самооценивания, идет развитие в направлении независимости. Самоотношение становится менее хрупким, более стабильным. При «асимметричном» стиле посредством «маневров» и «ловушек» ребенку навязывается представление о себе как о слабом, неспособном самостоятельно мыслить и действовать. Следует отметить, что ребенок не пассивно относится к конфликту с родителями, а активно борется за «выживание», поддержку и сохране-

ние самоуважения.

Выделено несколько ответных тактик, развиваемых ребенком против родительского насилия: так, в ответ на родительское доминирование ребенок отвечает открытой или скрытой борьбой за лидерство, вплоть до использования таких приемов, которые использовали родители по отношению к нему. Другая тактика — отказ от борьбы, утаивание своей позиции, принятие на себя роли потерпевшей жертвы. И, наконец, третья тактика состоит в противопоставлении «жестко отклоняющему» родительскому поведению собственного «защитного», приглашающего к сотрудничеству.

Изменяется отношение подростков в оценке учителей и родителей: у младших подростков в учителе ценится всезнайство, средние подростки ценят хорошие знания преподаваемой дисциплины, старшие подростки ценят человечность, доброту, педагогический такт. В родителях же подростки ценят больше всего то, чтобы их уважали другие люди.

Интересы подростков носят форму увлечений (множество хобби, интерес к которым быстро проходит). Познавательные процессы продолжают развиваться в направлении интеллектуализации. Появляются размышления о будущем, будущей профессии.

Новообразования: формирование самосознания, чувства взрослости. **Ведущая деятельность:** интимно-личностное общение со сверстниками.

Психологические особенности юношеского возраста. Юношеский возраст (девочек с 13 до 19 лет, мальчиков с 14 до 22 лет) — это стадия духовного развития, хотя она и связана с комплексом психофизиологических процессов. В этот период происходит осознание собственной индивидуальности, открытие «Я», появление жизненного плана, установка на сознательное построение своей жизни, постоянное вращение в различные сферы общественной жизни. Процесс этот идет изнутри человека в открытый мир (Э. Шпрангер). Ученый делит юность на две фазы:

14 — 17 лет. Кризис, связанный со стремлением к освобождению от детской зависимости.

17 — 21 лет. Кризис оторванности — чувство одиночества.

Юношеский возраст — этап формирования самосознания и собственного мировоззрения, этап принятия ответственных решений, этап

человеческой близости, когда ценности дружбы, любви, интимной близости могут быть первостепенными.

Отвечая самому себе на вопросы «Кто я? Какой я? К чему я стремлюсь?», молодой человек формирует: 1) самосознание — целостное представление о самом себе, эмоциональное отношение к самому себе, самооценку своей внешности, умственных, моральных, волевых качеств, осознание своих достоинств и недостатков, на основе чего возникают возможности целенаправленного самосовершенствования, самовоспитания; 2) собственное мировоззрение как целостную систему взглядов, знаний, убеждений своей жизненной философии, которая опирается на усвоенную ранее значительную сумму знаний и сформировавшуюся способность к абстрактно-теоретическому мышлению, без чего разрозненные знания не складываются в единую систему; 3) стремление заново и критически осмыслить все окружающее, самоутвердить свою самостоятельность и оригинальность, создать собственные теории смысла жизни, любви, счастья, политики и т. п. Для юношества свойственны максимализм суждений, своеобразный эгоцентризм мышления: разрабатывая свои теории, юноша ведет себя так, как если бы мкр должен был подчиняться его теориям, а не теории — действительности. Стремление доказать свою независимость и самобытность сопровождается типичными поведенческими реакциями: «пренебрежительное отношение» к советам старших, недоверие и критиканство по отношению к старшим поколениям, иногда даже открытое противодействие. Но в такой ситуации юноша вынужден опираться на моральную поддержку ровесников, и это приводит к типичной реакции «повышенной подверженности» (неосознанная внушаемость, сознательный конформизм) влиянию ровесников, которая обуславливает единообразие вкусов, стилей поведения, норм морали (молодежная мода, жаргон, субкультура) — даже преступления среди молодежи, как правило, носят групповой характер, совершаются под влиянием группы.

Юношеский возраст представляет собой как бы «третий мир», существующий между детством и взрослостью, так как биологическое — физиологическое и половое — созревание завершено (уже не ребенок), но в социальном отношении это еще не самостоятельная взрослая личность. Юность выступает как период принятия ответственных решений, определяющих всю дальнейшую жизнь человека: выбор профессии и своего места в жизни, выбор смысла жизни, выработка

мировоззрения и жизненной позиции, выбор спутника жизни, создание своей семьи.

Важнейший психологический процесс юношеского возраста — становление самосознания и устойчивого образа своей личности, своего «Я». Становление самосознания происходит по нескольким направлениям:

- 1) открытие своего внутреннего мира — юноша начинает воспринимать свои эмоции не как производные от внешних событий, а как состояние своего «Я», появляется чувство своей особенности, непохожести на других, порой появляется и чувство одиночества («Другие люди меня не понимают, я одинок»);
- 2) появляется осознание необратимости времени, понимание конечности своего существования. Именно понимание неизбежности смерти заставляет человека всерьез задуматься о смысле жизни, о своих перспективах, о своем будущем, о своих целях. Постепенно из мечты, где все возможно, и идеала как абстрактного, но часто недостижимого образца начинают вырисовываться несколько более или менее реалистичных планов деятельности, между которыми предстоит выбирать. Жизненный план охватывает всю сферу личного самоопределения: моральный облик, стиль жизни, уровень притязаний, выбор профессии и своего места в жизни. Осознание своих целей, жизненных устремлений, выработка жизненного плана — важный элемент самосознания;
- 3) формируется целостное представление о самом себе, отношение к себе, причем вначале осознаются и оцениваются человеком особенности его тела, внешности, привлекательности, а затем уже морально-психологические, интеллектуальные, волевые качества. Юношеские самооценки часто бывают противоречивы («Я в своем представлении — гений плюс ничтожество»). На основе анализа достигнутых результатов в разных видах деятельности, учета мнений других людей о себе и самонаблюдения, самоанализа своих качеств и способностей у юноши формируется самоуважение — обобщенное отношение к себе;
- 4) происходит осознание и формируется отношение к зарождающейся сексуальной чувственности. Юношеская сексуальность отличается от сексуальности взрослого человека. Если зрелая половая любовь взрослых людей представляет собой гармоническое единство чувственно-сексуального влечения и потребности в глубоком духовном общении и взаимопонимании любящих людей, то в юности эти два влечения со-

зревают не одновременно, и к тому же по-разному у девушек и юношей. Хотя девушки раньше созревают физиологически, у них на первых порах сильнее выражена потребность в нежности, ласке, эмоциональном тепле и понимании, чем в физической близости. У юношей, наоборот, в большинстве случаев раньше появляется чувственно-сексуальное влечение к физической близости и значительно позднее возникает потребность в духовной близости, взаимопонимании. Потребность в душевном понимании и сексуальные желания очень часто не совпадают и могут быть направлены на разные объекты. По образному выражению одного ученого-сексолога, «юноша не любит женщину, к которой его сексуально физиологически влечет, и его не влечет сексуально к девушке, которую он любит, у него целомудренное отношение к девушке, вызывающей у него нежные чувства».

Из-за различных особенностей сексуального созревания девушек и юношей могут возникать взаимное непонимание, напрасные иллюзии и затем разочарование. Поскольку у девушек вначале созревает духовная потребность любви, а не сексуальная, то, как правило, в свой первый добровольный сексуальный контакт девушка вступает с тем парнем, который ей действительно нравится, в которого она влюблена. О других судят обычно по себе, поэтому многие девушки думают, что и парень влюблен в нее, вступая с ней в сексуальную близость. Но у юношей процесс сексуального созревания и сексуальных желаний опережает этап духовной потребности в любви, поэтому порой при сильных сексуальных желаниях мужчина готов на сексуальный контакт с женщиной, которая ему безразлична или даже неприятна как человек. Вследствие этого сексуальные отношения юноши могут не сочетаться с влюбленностью, причем он предполагает, что и девушка вступает в сексуальную связь потому, что испытывает физиологические потребности секса, а не чувство любви. В такой ситуации несовпадения психосексуальных особенностей юношей и девушек часто наступают взаимные разочарования, когда девушка думает, что «он — подлец, бросил меня, обманул мою любовь», а юноша искренне возмущен: «Я ей ничего не обещал. Мы просто вместе занимались сексом, при чем тут любовь и замужество».

В древнеиндийском эпосе формулу любви выразили так: «Потребности души рождают дружбу, потребности ума — уважение, потребности тела — сексуальное желание. А все три вместе рождают любовь»; т. е. любовь = дружба + уважение + секс. Все эти явления

могут существовать и обособленно, отдельно, но тогда это уже не любовь. И собственно секс без сочетания с духовными компонентами — дружбой, уважением — остается только сексом, не перерастая в любовь. Французы грубо шутят: «Секс — это еще не повод для знакомства, а тем более не повод для создания семьи». Любовь с первого взгляда возможна, она вырастает из влечения, появившегося в начале знакомства, и усиливается потом дружбой, взаимоуважением. Если же влечение не подкрепляется дружбой, уважением, взаимопониманием, то влюбленность уходит, не перерастая в любовь. Влюбленность — это состояние, когда из «всех трех составляющих любви» в чувстве человека отсутствуют «потребности ума», что обуславливает своеобразное «опьянение чувством» с потерей ответственности и аналитических мыслительных способностей. В результате человек не задумывается о последствиях, не замечает недостатков избранника, не имеет взаимного уважения и осознания личностных качеств друг друга («слепота влюбленных»). Влюбленность может перерасти в любовь (если к чувству влюбленности присоединится взаимоуважение и взаимопонимание), а может и угаснуть (что чаще бывает). Влюбленность сравнительно легко возникает и естественным путем, а также в результате своеобразных «ловушек влюбленности»: 1) ловушка «обоюдного актерства», чтоб выглядеть значительнее, интереснее в глазах друг друга, 2) ловушка «уязвленного самолюбия»; 3) ловушка «интимной удачи»; 4) ловушка «простоты отношений» и пр.

В юношеском возрасте многим приходится столкнуться с подобными «ловушками», но каждому неизбежно приходится осознать свои сексуальные устремления и сформировать свое отношение к зародившейся сексуальной чувственности — это важный компонент юношеского самосознания.

Взаимоотношения юношей и девушек сталкивают их с множеством моральных проблем; порой молодые люди остро нуждаются в мудром совете старших, но одновременно они хотят — и имеют на это полное право — оградить свой интимный мир от бесцеремонного вторжения и подглядывания, от «ощупывания сердца железными рукавицами». Ибо любовь должна навсегда, на всю жизнь остаться для человека самым светлым, интимнейшим, неприкосновенным. Любовь мужчины и женщины бывает, по крайней мере, двух типов: 1) любовь как чувство предпочтения одного человека всем другим, даже, может быть, более красивым, умным и т. п. — но вам необходим именно дан-

ный один человек, вы желаете постоянно иметь возле себя объект любви, боитесь его потерять. Это любовь эгоистическая, человек заботится главным образом о себе, выступает лишь в качестве потребителя удовольствия; 2) любовь альтруистическая, когда преобладает желание не столько получать удовольствие от объекта любви, сколько все дать ему, даже в ущерб себе. Формирование отношения к любви, своих ожиданий и установок (на эгоистический или альтруистический тип любви), выбор спутника жизни – важнейшие проявления юношеского самосознания.

Центральным новообразованием этого возрастного этапа является профессиональное самоопределение, умение составлять жизненные планы, искать средства их реализации. **Ведущей деятельностью** – учебно-профессиональная деятельность.

Но календарный возраст сам по себе не может быть основой содержательной возрастной периодизации, так как он сглаживает индивидуальные различия и социальные условия восприятия.

3. Фазы развития личности. В заключение отметим, что на каждом возрастном этапе происходят процессы адаптации, индивидуализации и интеграции.

Фазы развития личности в преддошкольном (раннем) возрасте имеют следующие результаты: первая — адаптацию на уровне освоения простейших навыков, овладения языком как средством приобщения к социуму при первоначальном неумении выделить свое «Я» из окружающих представлений; вторая — индивидуализацию, противопоставление себя окружающим: «моя мама», «я мамина», «мои игрушки» и т. д., демонстрацию в поведении своих отличий от окружающих; третья — интеграцию, позволяющую управлять своим поведением, считаться с окружающими, подчиняться требованиям взрослых и предъявлять им разумные требования, с которыми взрослые готовы считаться.

Дошкольный возраст характеризуется включением ребенка в группу ровесников в детском саду, управляемую воспитательницей, которая, как правило, становится для него — наравне с родителями — наиболее референтным лицом. Три фазы развития личности внутри этого периода предполагают: адаптацию — усвоение норм и способов одобряемого родителями и воспитателями поведения в условиях взаимодействия с ними и друг с другом; индивидуализацию — стремле-

ние ребенка найти в себе нечто, выделяющее его среди других детей, либо позитивно в различных видах самостоятельности, либо в шалостях и капризах, — и в том, в другом случае ориентируясь не столько на оценку других детей, сколько — родителей и воспитателей; интеграцию — гармонизацию неосознаваемого стремления дошкольника обозначить своими действиями собственную неповторимость и готовность взрослых принять только то в нем, что соответствует общественно обусловленной и важнейшей для них задаче обеспечения его перехода на новый этап общественного воспитания — в школу, т. е. в третий период развития личности.

В младшем школьном возрасте ситуация формирования личности во многом напоминает предшествующую. Три фазы, ее образующие, дают школьнику возможность войти в совершенно новую для него группу одноклассников, которая из-за отсутствия совместно распределенной учебной деятельности имеет первоначально диффузионный характер. Эта группа управляется учительницей. Последняя оказывается, по сравнению с воспитательницей детского сада, еще более референтной для детей, в связи с тем, что она, используя аппарат отметок, регулирует взаимоотношения ребенка с другими взрослыми, прежде всего с родителями, формирует их отношение к нему и его отношение к себе «как к другому». Примечательно, что фактором развития личности младшего школьника является не столько сама учебная деятельность, сколько отношение взрослых к успеваемости, дисциплине и прилежанию ребенка. Максимальное значение учебная деятельность как личностнообразующий фактор, по-видимому, приобретает в старшем школьном возрасте, характеризующемся сознательным отношением к учебе.

На примере подросткового возраста можно показать, что микроциклы развития личности протекают для одного и того же школьника параллельно в различных референтных группах, конкурирующих по своей значимости для него. Успешная интеграция в одной из них (например, в школьном драматическом кружке или в гетерогенной по признаку пола диаде на стадии первой влюбленности) может сопровождаться дезинтеграцией в дворовой компании, в которой подросток до этого без затруднений прошел фазу адаптации. Индивидуальные качества, ценимые в одной группе, отвергаются в другой, где доминируют иная деятельность и иные ценностные ориентации, блокирующие возможности успешного интегрирования в ней.

Переход от младшего школьного возраста к подростковому — «кризис полового созревания». Характеризуется тем, что появляется тенденция к самостоятельности и ряд негативных проявлений, связанных с отношениями со взрослыми.

Все три эпохи (раннего детства, детства, подросткового возраста) построены по одному и тому же принципу и состоят из закономерно связанных двух периодов. Переход от одной эпохи к следующей происходит при возникновении несоответствия между операционно-техническими возможностями ребенка и задачами, мотивами деятельности, на основе которых они формировались. Переходы от одного периода к другому и от одной фазы к другой внутри периода изучены в психологии очень слабо.

ЛИТЕРАТУРА

1. Введение в психологию /Под. ред. А.В.Петровского – М., 1996.

2. Гальперин П.Я. Введение в психологию: Учебн. пособие для вузов. – Ростов-на-Дону, 1999.
1. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию: Курс лекций: Учеб. пособие для вузов – М., 1998.
3. Зимняя И.А. Педагогическая психология: Учеб. пособие. – Ростов-на-Дону, 1997.
4. Коломинский Я.Л. Психология взаимоотношений в малых группах (общие и возрастные особенности): Учеб. пособие для студентов педагогических специальностей вузов. – Мн., 2000.
5. Кон И.С. Психология ранней юности: Кн. для учителей. – М., 1984.
6. Крайг Г. Психология развития. – СПб., 2000.
7. Краткий психологический словарь. // Под ред. А.В.Петровского и М.Г. Ярошевского - Ростов-на-Дону, 1999.
8. Крутецкий В.А., Лукин Н.С. Психология подростка – М., 1976.
9. Кулагина И.Ю., Коллюцкий В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – М., 2001.
10. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студентов вузов. – М., 1999.
11. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Психология: Учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по педагогическим специальностям. – М., 2000.
12. Практическая психология образования: Учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений /Под ред. И.В.Дубровиной. – М., 1998.
13. Психология и педагогика: Учебное пособие /Отв. ред. В.М.Николаенко. – М., 1999.
14. Психология развития: Учеб. для студ. высш. психол. и пед. учеб. заведений / Под ред. Т.Д. Марцинковской. – М., 2001.
15. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – СПб., 1999.
16. Столяренко Л.Д. Основы психологии. – Ростов-на-Дону, 2002.
17. Фельдштейн Д. Н. Психология развития личности в онтогенезе. – М., 1989.

ПРИЛОЖЕНИЯ

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАННЕГО ДЕТСТВА (1—3 года)

— интенсивно идет сенсомоторное развитие: прямохождение расширяет ориентацию в пространстве, освобождает руки для манипулирования предметами, исследовательской деятельности;

— РЕЧЕВОЕ общение, развитие понимания речи взрослых, расширение запаса слов, овладение лингвистическими и грамматическими нормами построения фраз (в 2 года строит предложения, в 3 года — правильное согласование окончаний слов в предложении) — развитие словесных обобщений;

— СПОСОБНОСТЬ ПОНИМАТЬ И АКТИВНО ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЯЗЫКОМ в общении с людьми; РЕЧЬ становится средством развития МЫШЛЕНИЯ и саморегуляции поведения;

— ВЕДУЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ раннего детства — ПРЕДМЕТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ (совместно со взрослыми и затем самостоятельно);

— овладение человеческими действиями: действия и способы обращения ребенка с предметами начинают подчиняться функциональному назначению этих предметов, общекультурным нормам;

Предметная деятельность обуславливает развитие восприятия, памяти, НАГЛЯДНО-ОБРАЗНОГО МЫШЛЕНИЯ;

— Любознательность ребенка (Что это? Почему? Зачем?), интерес к сказкам, стихам и пр.

— Появление игровых действий (игры — подражания действиям взрослых);

— Развитие восприятия (цвет, формы, размеры), выделение устойчивых признаков предметов; восприятие способствует развитию памяти, мышления (группируют предметы по цвету, форме);

— Становление элементарного самосознания («Я — сам»), начало развития способности к произвольной саморегуляции;

— Овладение умениями чистоплотности, саморегуляции своих физиологических функций;

— Формирование самостоятельности, автономии, опрятности, воли либо зависимости от других, пассивности, стыда, сомнения в своих способностях регулировать функции организма;

— КРИЗИС 3-х лет как самоутверждение самостоятельности.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (3—6 лет)

ВЕДУЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ — ИГРА, освоение норм поведения

и деятельности людей);

— 3—4 года — самоутверждение; возможные реакции: непослушание, упрямство, негативизм, строптивость, «обзывание взрослых». (« Я сам», «Я сам знаю», нарциссизм). ИГРЫ в одиночку (предметные, конструкторские, сюжетно-ролевые игры);

— 5—6 лет — гармонизация отношений со взрослыми, развитие отношений с детьми, совместные игры с детьми (сюжетно-ролевые игры с правилами), формирование отношений лидерства и подчинения среди детей, «игры — соревнования»;

— Развитие конструкторских игр, развитие ПРАКТИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ;

— Развитие способностей рисования, музыкальных способностей (понимать музыку, петь, танцевать), развитие творчества;

— ЭГОЦЕНТРИЗМ мышления;

— Развитие восприятия (усвоение перцептивных действий, усвоение перцептивных эталонов), внимания, памяти (от произвольных форм к произвольным формам);

— Восприятие сказок (сказки как средство эмоционального и информационного воздействия на личность ребенка, передачи жизненного и морального опыта людей);

— Развитие воли, произвольности действий;

— Любознательность (в 4—5 лет — «почемучки»);

— Развитие воображения (от репродуктивных форм к творчески продуктивному воображению: выполняет познавательную интеллектуальную функцию и аффективно-защитную функцию (защита от тяжелых переживаний через воображаемую ситуацию)

— Изобразительная деятельность ребенка, детское творчество в рисунках (детское искусство носит экспрессионистский характер — ребенок изображает не то, что видит, а то, что переживает — свои чувства и эмоциональные состояния), существует связь между рисунком и личностью ребенка, уровнем его умственной одаренности. (Выготский рассматривает детский рисунок как своеобразную детскую речь, как средство осмысления и выражения переживаний и знаний ребенка.);

— Развитие диалогической речи с другими людьми (к 6 годам лексикон до 14 тысяч слов, полное овладение грамматическими нормами языка) и ЭГОЦЕНТРИЧЕСКОЙ РЕЧИ (речи для самого себя, сопровождает деятельность ребенка, помогает ему планировать действия в 4—5 лет), затем перерастает во ВНУТРЕНнюю РЕЧЬ;

- Развитие понятий (в 3—5 лет слова — как ярлыки, заменяющие предметы или действия, к 6—7 годам слова обозначают существенные признаки предметов — конкретные понятия);
- Развитие мышления на дооперациональном уровне (Пиаже), постепенный переход к операционному уровню;
- Интерес к половым органам, к рождению детей; фаллическая стадия психосексуального развития (в 3—4 года); формирование и преодоление Эдипова комплекса (в 5—6 лет), формирование внутренней совести, цензора, моральных суждений;
- Формирование инициативности, целеустремленности, активности, предприимчивости, самостоятельности либо в случае негативного хода развития;
- Формирование пассивности, чувства вины, склонности к подражанию образцам;
- Формирование новообразований:
 - возникновение первого цельного детского мировоззрения, попытка осмыслить закономерные отношения;
 - возникновение первичных морально-этических понятий (что такое хорошо и что такое плохо);
 - возникновение соподчинения мотивов (можно наблюдать преобладание обдуманых действий над импульсивными, появление чувства долга по отношению к другим людям);
 - возникновение произвольного поведения (появляется стремление управлять собой и своими поступками);
 - возникновение личного сознания (начало самооценки, начинает понимать, что не все может, осознает свое место в системе отношений со взрослыми, оценивает свои личные качества — хороший, злой, добрый и т.п.).
- Формирование готовности к школе, которая проявляется не формальном овладении навыками счета, письма, чтения, а готовность к школе есть результат общего психического развития ребенка, комплексный показатель психической зрелости, умственного, эмоционального и социального развития ребенка:
 - произвольность поведения — умение контролировать свою двигательную активность, действовать точно по указаниям взрослого, подчиняться правилам;
 - учебная мотивация (желание учиться, а не играть, желание идти в школу); эмоциональная устойчивость;

в интеллектуальной сфере — концентрация внимания, понимание на слух, словарный запас, развитие речи и наглядно-образного мышления, наличие фонематического слуха, способностей к обобщению, рациональный подход к действительности, логическое запоминание, зрительно-двигательная координация (способность к управлению движениями руки и пальцев); умение использовать в деятельности знаково-символические средства: замещение (употребление заместителей, которые выполняют ту же функцию, что и замещаемый предмет); кодирование, схематизация и моделирование;

в личностной и социальной сфере — способность к сотрудничеству со сверстниками, сформированность отношения к взрослому как к учителю, уровень самосознания, позволяющий проявлять критичность к своим знаниям и действиям, умение учитывать позицию другого человека, ориентироваться на социальные нормы.

Для психодиагностики уровня готовности ребенка к школе могут применяться тесты Йерасека, А. Венгера, Г. Витцлака, компьютерный пакет «Готовность к школе» Н.И. Улановской и др. методики.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (6—11 лет)

ВЕДУЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ — УЧЕБА

— Перестройка познавательных процессов — формирование произвольности, продуктивности и устойчивости — развитие произвольного внимания, произвольного целенаправленного восприятия — наблюдения, произвольного осмысленного запоминания, памяти (прежде всего механической памяти).

НОВООБРАЗОВАНИЯ:

— Развитие мышления (переход от наглядно-образного мышления к СЛОВЕСНО-ЛОГИЧЕСКОМУ МЫШЛЕНИЮ на уровне КОНКРЕТНЫХ ПОНЯТИЙ. (Переход процессов мышления на новую ступень и связанная с этим перестройка всех остальных процессов и составляет основное содержание умственного развития в младшем школьном возрасте);

— Развитие саморегуляции, произвольности поведения, воли, научается делать то, что надо, а не то, что хотелось бы: обучаются в определенной степени управлять своим поведением;

- Развитие рефлексии (умение ребенка осознавать то, что он делает, и аргументировать, обосновывать свою деятельность);
- Формируется внутренний план действий (ребенок уже может выполнять действия про себя — умственные действия):
 - усвоение умений чтения, письма, арифметических вычислений, накопление знаний;
 - овладение навыками домашнего труда;
 - расширение сферы общения, появление новых авторитетов (учитель);
- Формирование отношений в учебном коллективе:
 - игры развивающие занимают второе место после учебы;
 - формирование самооценки на основе оценивания учителями и достигнутых результатов в учении, часто снижение самооценки;
 - формируются уверенность в себе, компетентность либо в случае затруднений в учебе, критичности учителей и родителей формируются неверие в свои силы, чувство неполноценности, фрустрированность, потеря интереса к учению, "школьные неврозы".

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА (11—14 лет)

- Интенсивное половое созревание и развитие, бурная физиологическая перестройка организма;
- Неустойчивая эмоциональная сфера, всплески и неуправляемость эмоций и настроений;
- САМОУТВЕРЖДЕНИЕ своей самостоятельности и индивидуальности, возможность возникновения конфликтных отношений со взрослыми; возникают трудности во взаимоотношениях со взрослыми, негативизм, упрямство, строптивость, бунт против взрослых, безразличие к оценке успехов, к школе (отсутствие авторитета возраста, отвращение к необоснованным запретам, восприимчивость к промахам родителей и учителей);
- ВЕДУЩАЯ деятельность — ОБЩЕНИЕ СО СВЕРСТНИКАМИ, освоение новых норм поведения и отношений с людьми на основе необходимости "завоевать" признание, расположение и уважение сверстников к себе, поиск друга, поиск «своей» компании;
- Формирование САМООЦЕНКИ, ХАРАКТЕРА;

- Возможно возникновение акцентуаций характера и ДЕЗАДАПТИВНЫХ ФОРМ поведения;
- Формирование собственных взглядов, протест против диктата взрослых, самостоятельный выбор референтной группы;
- Отсутствие подлинной самостоятельности, наличие повышенной внушаемости и конформизма по отношению к ровесникам;
- Развитие ЛОГИЧЕСКОГО мышления, способности к теоретическим рассуждениям и самоанализу, к оперированию абстрактными понятиями;
- Самоконтроль и планирование деятельности еще затруднено;
- Повышенная утомляемость и эмоциональность, импульсивность, противоречивость;
- Склонность к риску, афессивности как приемам самоутверждения;
- Появление сексуальных влечений и интересов;
- Формирование САМОСОЗНАНИЯ своего "Я", эгоидентичности;
- Избирательность в учении, сензитивность для развития общих и специальных способностей;
- Центральное личностное новообразование — возникает «чувство взрослости»;
- второе психологическое рождение ребенка — «страх потери Я» (быть самим собой со своим неповторимым душевным миром или быть вместе с людьми, друзьями, быть, как они);
- Новообразования:
возникновение социального сознания и самосознания;
самоопределение (осознание себя в качестве члена общества, подготовка к выбору будущей профессии, своего места в жизни).

ОСНОВНЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАННЕЙ ЮНОСТИ (14 —18 лет)

- Формируется САМОСОЗНАНИЕ — представление о себе самом,

самооценивание своей внешности, умственных, моральных, волевых качеств;

— Происходит соотношение себя с идеалом, появляется возможность САМОВОСПИТАНИЯ;

— Возрастает ВОЛЕВАЯ РЕГУЛЯЦИЯ;

— Возрастает концентрация внимания, объем памяти, логизация учебного материала, сформировалось АБСТРАКТНО-ЛОГИЧЕСКОЕ МЫШЛЕНИЕ;

— Появляется умение самостоятельно разбираться в сложных вопросах;

— Формируется собственное МИРОВОЗЗРЕНИЕ — как целостная система взглядов, знаний, убеждений, своей жизненной философии;

— Увлечение псевдонаучными теориями, создание собственных теорий жизни, любви, политики, МАКСИМАЛИЗМ СУЖДЕНИЙ;

—СТРЕМЛЕНИЕ К САМОУТВЕРЖДЕНИЮ СВОЕЙ НЕЗАВИСИМОСТИ, ОРИГИНАЛЬНОСТИ;

— Пренебрежение к советам старших;

— КРИТИКАНСТВО, проявление недоверия;

— Сухой рационализм, практицизм;

— Стремление к САМОУПРАВЛЕНИЮ, заново осмыслить все окружающее, происходит ЖИЗНЕННОЕ ОПРЕДЕЛЕНИЕ человека, приобретение определенной степени психологической зрелости;

— Стремление ПРИОБРЕСТИ ПРОФЕССИЮ — основной мотив познавательной деятельности;

— ОТСУТСТВИЕ подлинной самостоятельности, ПОДВЕРЖЕННОСТЬ ВЛИЯНИЮ СВЕРСТНИКОВ, повышенная внушаемость и конформизм по отношению к сверстникам;

— ЗАВЕРШЕНО ПОЛОВОЕ СОЗРЕВАНИЕ. Формируется отношение к зарождающимся СЕКСУАЛЬНЫМ ЖЕЛАНИЯМ;

— Возникает первое чувство ЛЮБВИ, дружбы;

— Происходит существенная перестройка эмоциональной сферы;

— Недостаточное осознание последствий своих поступков.

Психологическое новообразование: умение составлять жизненные планы, искать средства их реализации.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение

Тема 1. Общее представление о психологии как науке	
Тема 2. Понятие о психике и сознании.....	
Тема 3. Методы современной психологии.....	
Тема 4. Личность.....	
Тема 5. Личность и деятельность.....	
Тема 6. Общение.....	
Тема 7. Межличностные отношения в группах и коллективах.....	
Тема 8. Конфликт.....	
Тема 9. Темперамент.....	
Тема 10. Характер.....	
Тема 11. Способности.....	
Тема 12. Внимание.....	
Тема 13. Сенсорно-перцептивные процессы.....	
Тема 14. Память.....	
Тема 15. Мышление.....	
Тема 16. Воображение.....	
Тема 17. Эмоции и чувства.....	
Тема 18. Воля.....	
Тема 19. Возрастная психология.....	
Литература.....	
Приложения	

ДЛЯ ЗАМЕТОК

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ

УЧЕБНОЕ ИЗДАНИЕ

КАРДАШ Алла Александровна,
НОВАК Наталья Геннадьевна

ПСИХОЛОГИЯ

Тексты лекций

В авторской редакции

Подписано в печать 22.12.04 г. Формат 60х84 1/16.
Бумага писчая № 1. Печать офсетная.. Гарнитура «Таймс».
Усл.- п.л. 12,2 Уч.изд. л. 8,1 Тираж 50 экз.

Учреждение образования «Гомельский государственный универ-
ситет имени Франциска Скорины»
246019, г.Гомель, ул. Советская, 104

Отпечатано на ризографе с оригинала-макета
Учреждения образования «Гомельский государственный универ-
ситет имени Франциска Скорины»
246019, г.Гомель, ул. Советская, 104